ธรรมกาย

นิตยสารเพื่อการเผยแพร่พระสัทธรรม

ISSN 0857-2909

ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๓ กรกฎาคม-กันยายน ๒๕๓๓

- ขันธ์ ๕ เป็นภาระอันหนัก
  พระธรรมเทศนาของหลวงพ่อวัดปากน้ำ
- อาการตรัสรู้ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
- วิธีเจริญวิชชา ๓ ถึงมรรคผลนิพพาน
- นิพพานวิภาวนา อธิคมสัทธรรมกถา
  รจนาโดยพระอมราภิรักขิต
- หลักการเจริญภาวนาเบื้องต้น
  และอานาปาณสติ

พระบรมสารีริกธาตุ (ตลับทองคำตรงกลาง)
พระหทัยธาตุ (ตลับทองคำด้านขวา) **พระโลหิตธาตุ** (ตลับทองคำด้านบน)
ซึ่งอัญเชิญประดิษฐานไว้เหนือพระเกตุของพระพุทธชัยมงคล
องค์พระประธานประจำอุโบสถ เมื่อวันวิสาขบูชา ๘ พ.ค. ๒๕๓๓

ธรรมกาย

นิตยสารเพื่อการเผยแพร่พระสัทธรรม
ของมูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา :
พระเดชพระคุณ พระพรหมคุณาภรณ์ (เกี่ยว อุปเสโณ ป.ธ. ๙)
พระเดชพระคุณ พระธรรมปัญญาบดี (ช่วง วรปุญฺโญ ป.ธ. ๙)
พระเดชพระคุณ พระเทพปริยัติโมลี (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. ๙)
พระเดชพระคุณ พระราชปริยัติกวี (วิเชียร อโนมคุณโณ ป.ธ. ๙)
พระเดชพระคุณ พระภาวนาโกศลเถร (วีระ คณฺตุตโม)
พระเดชพระคุณ พระเมธีรัตโนดม (อำนวย ปญฺญาวุฑฺโฒ ป.ธ. ๗)
พระอาจารย์เสริมชัย ชยมงฺคโล (มงคลบุตร)
ศาสตราจารย์บัญญัติ สุชีวะ (อดีตประธานศาลฎีกา)
ศาสตราจารย์ ดร. นิคม จันทรวิทุร

ผู้จัดการ :
รศ.ดร.พัฒนะ ภวะนันท์

บรรณาธิการ ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา :
รศ.ดร. ธีระ เกรอด

กองบรรณาธิการ
พระมหาสุเนตร สุนีโต (ป.ธ. ๖)
พระมหาวิมล วิมโล (ป.ธ. ๖)
พระมหาปราโมทย์ ปโมทิโต (ป.ธ. ๓)
พระมหามนัสชัย สุมโน (ป.ธ. ๓)
พระมหาประเสริฐ ปญฺญาเสฏฺโฐ (ป.ธ. ๓)
พระสุรพล ธมฺมวฑฺฒโน (น.ธ. เอก)
ดร. เนตรนภิส ธีระวัลย์ชัย
คุณวีระ เนตยกุล
คุณสมชาย เทียมบุญประเสริฐ
คุณสุทัศน์ นิ่มกุลรัตน์
คุณสุนีรัตน์ ชลสายพันธ์

ฝ่ายภาพ :
คุณสง่า สังพันโรจน์
คุณวีระ เนตยกุล

ฝ่ายประชาสัมพันธ์ :
คุณสุธาร สุขยางค์
คุณส่วน พนมวัฒนากุล

ฝ่ายธุรการ ประสานงาน :
คุณพจมาน ศิริบัณฑิตย์กุล
คุณอรัญญา ชัยบุตร
คุณเพ็ชรา อัมระเกตุ
คุณอมรรัตน์ ตรีนุชจรัสกุล

ฝ่ายศิลป์ :
คุณสมโพธิ์ ฌานวังศะ

รูปเล่ม/ตัวเรียงอักษรคอมพิว :
บริษัท วีชั่นอาร์ต คอร์ปอเรชั่น จำกัด
โทร ๒๕๓๒๕๖๕

พิมพ์ที่ :
โรงพิมพ์ประชาชน ๓๕ ซอยพิพัฒน์
ถนนสีลม กทม. โทร. ๒๓๕๐๓๘๙, ๒๓๔๒๐๖๒
นายนิรันดร์ เหตระกูล ผู้พิมพ์โฆษณา

อธิบายปก:
"พระธรรมกายชัยมงคล" พระคู่บารมีเบื้องขวาของพระประธานประจำอุโบสถวัดหลวงพ่อสด-ธรรมกายาราม ขนาดหน้าตัก ๑๖ นิ้ว สร้างขึ้นด้วย ผลึกควอซ์ขาวใส (จุยเจีย)

นิตยสาร "ธรรมกาย" ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๓ กรกฎาคม–กันยายน ๒๕๓๓

สารบัญ

พระธรรมเทศนาของหลวงพ่อวัดปากน้ำ
ขันธ์ ๕ เป็นภาระอันหนัก.....พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ๕

มหาสติปัฏฐาน ๔ : ธรรมกาย
พระพุทธภาษิต:อาการตรัสรู้ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า.....ชยมงฺคโล ภิกขุ ๖๘

ธรรมปฏิบัติ
วิธีเจริญวิชชา ๓ ถึงมรรค ผล นิพพาน.....พระภาวนาโกศลเถร ๗๘

จากพระไตรปิฎก..... ๔

ประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติธรรม
อานุภาพธรรมกาย.....ศศิประภา ศากยบุตร ๘๕

ธรรมสภา.....วิมังสา ๕๓

แวดวงธรรมกาย.....วิชชาธร ๘๙

บุคคลกับธรรมะ
พระภาวนาโกศลเถร (ธีระ ธมฺมธโร).....บ.ก. ๘๕

ธรรมะสำหรับเยาวชน
ธรรมในธรรม.....ศศิประภา ศากยบุตร ๗๑

เสียงจากผู้ปฏิบัติ.....บ.ก. ๑๐๑

ปกิณกะ
นิพพานวิภาวนา อธิคมสัทธรรมกถา.....พระอมราภิรักขิต (อมโร เกิด) ๖๑
พระโกณฑัญญเถระนิพพาน.....หอสมุดพระวชิรญาณ ๒๘
๑๑ วันแห่งการเผยแพร่ธรรมในสหรัฐอเมริกาฯ.....พระเสริมชัย ชยมงฺคโล ๓๕
หลักธรรมเพื่อการดำเนินชีวิตไปสู่ความาเจริญฯ..... พระเสริมชัย ชยมงฺคโล ๗๙

ตอบปัญหาธรรม.....ชยมงฺคโล ภิกขุ ๑๐๕

ท้ายเล่ม
ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท.....ญาณรัตนะ ๑๑๙

วัตถุประสงค์ : เพื่อสนับสนุนกิจกรรมเผยแพร่พระสัทธรรมตามแนววิชชาธรรมกาย ของ**สถาบันพุทธภาวนาวิชาธรรมกาย** อ.ดำเนินสะดวก ราชบุรี ใน**โครงการธรรมเพื่อประชาชน** วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ และ**มูลนิธิ/โครงการพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย** วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร

● อัตราค่าสมาชิก : ๑ ปี (๔ เล่ม) ๑๒๐ บาท เล่มละ ๓๐ บาท

วิธีปฏิบัติภาวนาเบื้องต้น

นั่งคู่บังลังก์ขัดสมาธิ เท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ปลายนิ้วชี้มือขวาจะจรดหัวแม่มือซ้าย **อุชุงกายัง ปะนิธายะ** ตั้งกายให้ตรง คือวัดตั้งแต่ปลายนิ้วชี้ของเท้าขวาถึงกลางลูกสะบ้าของหัวเข่าขวาเท่ากับระยะจากบนตาตุ่มขาขวาจรดใต้ลูกคาง

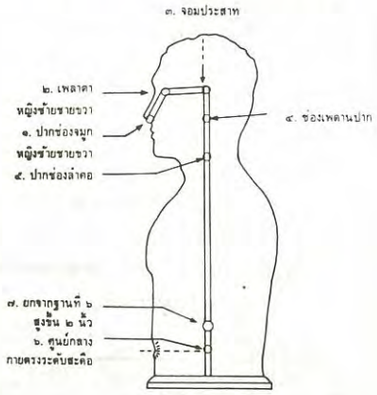
ปะริมุขัง สะติงอุปัฏฐะเปตวา เข้าไปตั้งสติไว้ให้มีหน้ารอบ มีสติทุกเมื่อ เหลือบตาขึ้นนิด ๆ บริกรรมภาวนาว่า **"สัมมาอะระหัง"** พร้อมกำหนดบริกรรมนิมิต ตรง**ศูนย์กลางกาย**เหนือสะดือสองนิ้วมือ เป็น**ดวงแก้วกลมใส** เหมือนเพชรลูกที่เจียระไนแล้ว ไม่มีขนแมว โตเท่าแก้วตา ประมาณเท่าวงของตาดำในขาวเหมือนกระจกที่ส่งเงาหน้า สัณฐานกลมรอบตัว ไม่มีตำหนิ เรียบรอบตัวเหมือนดวงแก้วกายสิทธิ์ สติไม่เผลจากบริกรรมภาวนา และบริกรรมนิมิต บริกรรมทั้งสองนี้พรากจากกันไม่ได้ ต้องให้ติดกันอยู่เสมอในอริยาบถทั้งสี่คือ ยืน เดิน นั่ง นอน ไม่เผลอ ให้มีสติอยู่เสมอมิได้ขาด

บริกรรมภาวนาร้อยครั้งพันครั้ง จนกระทั่งใจค่อย ๆ รวมหยุดอยู่ที่เดียว เห็นดวงนิมิตเกิดเป็นดวงใสขึ้นแล้ว ก็ให้ยุดบริกรรมภาวนา เพ่งอยู่ที่กลางดวงนั้น แล้วทำใจให้หยุดในหยุดที่จุดเล็กใสกลางดวงนั้น ให้ใสหนักขึ้นทุกทีจนเป็นรัศมีคือแสงสว่าง ดวงใสนี้เรียกว่า **ดวงปฐมมรรค** กลางดวงนี้เป็นทางไปของพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ทั้งหลาย

ทำใจให้หยุดในหยุดที่กลางดวงปฐมมรรคนั้นเข้าทุกทีไม่มีถอย ก็จะเห็นดวงในดวงและกายในกายใสละเอียดโตใหญ่หนักเข้าทุกที ก็ให้**เดินดวงเดินกาย**คือ เห็นดวงก็เอาใจจรดเข้าที่ศูนย์กลางดวง เห็นกายก็เอาใจจรดเข้าที่ศูนย์กลางกายไม่มีถอยออก

(เมื่อทำได้เช่นนี้แล้วก็ให้รีบมาต่อวิชชาธรรมกายกับพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระภาวนาโกศลเถร หรือหลวงพ่อชยมงฺคโล เพื่อวิชชาจะได้พัฒนาไปอย่างถูกต้องต่อไป)

รูปด้านข้างผ่าซีก
แสดงที่ตั้งของดวงนิมิตจากฐานที่ ๑ ถึงฐานที่ ๗



ถ้อยแถลง

"ถ้าปล่อยวางขันธ์ ๕ **ไม่ได้ก็เป็นทุกข์แท้ ๆ ถ้าปล่อยวางขันธ์ ๕ เสียได้ ก็เป็นสุขแท้ ๆ เหมือนกัน ...เบญจขันธ์ทั้ง ๕ ไม่ใช่เป็นของพอดีพอร้าย ต้องถอดกัน ไม่ถอดปล่อยไม่ได้**" นี้ชี้ให้เห็นขั้นตอนการปล่อยขันธ์ ๕ ว่า จะต้องรู้จักถอดขันธ์ ๕ ก่อนจึงจะปล่อยวางได้ ถ้าถอดไม่เป็นก็ปล่อยวางไม่ได้ จะถอดขันธ์ ๕ ได้อย่างไร? โปรดติดตามได้จากพระธรรมเทศนาของพระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ

จะปฏิบัติธรรมอย่างไรจึงจะถูกต้องสมบูรณ์? นี้เป็นปัญหาของผู้ปฏิบัติธรรม ในปัจจุบันการปฏิบัติธรรมมีมากแบบ หลายแบบได้ตัดทอนขั้นตอนรายละเอียดมากบ้างน้อยบ้าง ผู้ปฏิบัติธรรมมากท่านอาจสับสนว่าแบบไหนจึงจะถูกต้องสมบูรณ์ จะยึดถือแบบไหนดี คอลัมน์**มหาสติปัฏฐาน ๔** เรื่องอาการ**ตรัสรู้ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า** ชี้ให้เห็นขั้นตอนและรายละเอียดการตรัสรู้ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สามารถถือเป็นหลักสำคัญในการพิจารณาได้

ในคอลัมน์ธรรมปฏิบัติเรื่อง **วิธีเจริญวิชชา ๓ ถึงมรรค ผล นิพพาน**ยืนยันได้ว่าการปฏิบัติธรรมตามแนววิชชาธรรมกายนั้นถูกต้องสมบูรณ์ ทั้งทางปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธตามพุทธประสงค์อย่างแท้จริง

หลักปฏิบัติเบื้องต้นของวิชชาธรรมกายที่สำคัญ ที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำสั่งสอนไว้มี ๓ ประการคือ บริกรรมนิมิต บริกรรมภาวนา และที่ตั้งของใจ มีความเป็นมาและเหตุผลอย่างไร ? และเกี่ยวเนื่องกับอานาปานสติอย่างไร? คอลัมน์**ตอบปัญหาธรรม** จะให้ความกระจ่างแก่ท่าน

ในช่วงเวลาที่ผ่านมา การเผยแพร่ธรรมปฏิบัติตามแนววิชชาธรรมกายในต่างแดน นำโดยพระอาจารย์เสริมชัย ชยมงฺคโล ทั้งในสหรัฐอเมริกา และมาเลเซีย มีผู้สนใจเป็นจำนวนมากได้ผลเป็นที่น่าพอใจ ขอเชิญชวนทุกท่านอนุโมทนาด้วยกัน

การเข้าถึงมรรค ผล นิพพาน จะใช้เวลานานเท่าใด เราท่านยังไม่อาจรู้ได้ แต่ที่รู้ก็คือว่า จำเป็นต้องมีเสบียง ต้องสะสมบุญไว้ให้พอเพียงแก่ความจำเป็น ทาง**สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย อ.ดำเนินสะดวก จ.ราชบุรี** กำหนด**การทอดกฐินสามัคคี** ใน**วันอาทิตย์ที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๓๓** นี้ จึงขอเชิญชวนทุกท่านไปร่วมกันทอดกฐินสามัคคี เป็นการส่งเคราะห์พระภิกษุสงฆ์ที่จำพรรษา และเป็นการสงเคราะห์ตัวเองอีกโสดหนึ่งด้วย (มีรถรับส่งฟรี ออกจากศาลาการเปรียญวัดสระเกศฯ และทางเข้าวัดปากน้ำภาษีเจริญ เวลา ๗.๓๐ น.)

บรรณาธิการ

"ไม่หลงโลกแล้วอย่าหลงธรรม จงรู้โลกและรู้ธรรม"

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ที่พอใจในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ, ยินดีในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ, ตามประกอบความพอใจในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ, เป็นผู้พอใจในหมู่, ยินดีในหมู่, ตามประกอบความพอใจในหมู่, อยู่แล้วหนอ; **เธอนั้น จักมาเป็นผู้โดดเดี่ยว ยินดียิ่งในความสงัดเงียบนั้น ข้อนี้ไม่เป็นฐานะที่มีได้.**

เมื่อไม่เป็นผู้โดดเดี่ยว ยินดียิ่งในความสงัดเงียบแล้ว **จักถือเอานิมิตแห่งสมาธิจิต วิปัสสนาจิตได้นั้น ข้อนี้ก็ไม่เป็นฐานะที่มีได้.**

เมื่อไม่ได้ถือเอานิมิตแห่งสมาธิจิตวิปัสสนาจิตแล้ว **จักยังสัมมาทิฏฐิแห่งวิปัสสนาให้บริบูรณ์นั้น ข้อนี้ก็ไม่เป็นฐานะที่มีได้.**

เมื่อไม่ทำสัมมาทิฏฐิแห่งวิปัสสนาให้บริบูรณ์แล้ว **จักยังสัมมาสมาธิแห่งมรรคและผลให้บริบูรณ์นั้น ข้อนี้ก็ไม่เป็นฐานะที่มีได้.**

เมื่อไม่ทำสัมมาสมาธิแห่งมรรคและผลให้บริบูรณ์แล้ว **จักละสัญโยชน์ทั้งหลายนั้น ข้อนี้ก็ไม่เป็นฐานะที่มีได้.**

เมื่อไม่ละสัญโยชน์ทั้งหลายแล้ว **จักทำนิพพาน ให้แจ้งนั้น ข้อนี้ก็ไม่เป็นฐานะที่มีได้เลย.**

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุผู้ที่ไม่พอใจในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ, ไม่ยินดีในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ, ไม่ตามประกอบความพอใจในความคลุกคลีกันเป็นหมู่ ๆ, ไม่เป็นผู้พอใจในหมู่, ไม่ยินดีในหมู่, ไม่ตามประกอบความพอใจในหมู่, อยู่แล้วหนอ; **เธอนั้น จักมาเป็นผู้โดดเดี่ยว ยินดียิ่งในความสงัดเงียบนั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้.**

เมื่อเป็นผู้โดดเดี่ยวยินดียิ่งในความสงัดเงียบแล้ว **จักถือเอานิมิตของสมาธิจิตและวิปัสสนาจิตได้นั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้.**

เมื่อถือเอานิมิตของสมาธิจิตและวิปัสสนาจิตได้แล้ว **จักยังสัมมาทิฏฐิแห่งวิปัสสนาให้บริบูรณ์ได้นั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้.**

เมื่อทำสัมมาทิฏฐิแห่งวิปัสสนาให้บริบูรณ์ได้แล้ว **จักยังสัมมาสมาธิแห่งมรรคและผลให้บริบูรณ์ได้นั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้.**

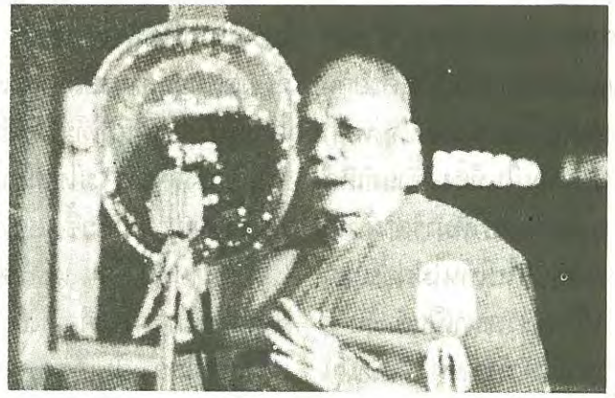
เมื่อทำสัมมาสมาธิแห่งมรรคและผลให้บริบูรณ์ได้แล้ว **จักละสัญโยชน์ทั้งหลายได้นั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้.**

เมื่อละสัญโยชน์ทั้งหลายได้แล้ว **จักทำนิพพานให้แจ้งได้นั้น ข้อนี้เป็นฐานะที่มีได้เป็นได้แล.**

** บาลี พระพุทธภาษิต ฉักกนิบาต อังคุตตรนิกาย ข้อ ๓๓๙*
คำแปลจากหนังสือ ขุมทรัพย์จากพระโอษฐ์ ของคณะธรรมทานไชยา พ.ศ. ๒๔๙๙ หน้า ๒๘๕

ขันธ์ ๕ เป็นภาระอันหนัก

แสดงโดย พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)
๒๙ ธันวาคม ๒๔๙๖



...ผู้ที่เห็นอารมณ์อันไม่งาม สำรวมดีในอินทรีย์ทั้งหลาย รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร หรือโภชนาหาร มีความเชื่อ ปรารภความเพียรอยู่ มารย่อมประหารบุคคลผู้นั้นไม่ได้ เหมือนอย่างลม ประหารภูเขาอันล้วนแล้วด้วยศิลาเขยื้อนไม่ได้ฉันนั้น...

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส ฯ

ภารา หเว ปญฺจกฺขนฺธา ภารหาโร จ ปุคฺคโล ภาราทานํ ทุกฺขํ โลเก ภารนิกฺเขปนํ สุขํ นิกฺขิปิตฺวา ครุํ ภารํ อญฺญํ ภารํ อนาทิย สมูลํ ตณฺหํ อพฺพุยฺห นิจฺฉาโต ปรินิพฺพุโตติฯ

ณ บัดนี้อาตมภาพจักได้แสดงธรรมิกถา แก้ด้วย **ขันธ์เป็นภาระอันหนัก** ตามวาระพระบาลีและคลี่ความเป็นสยามภาษา เพราะว่าเราท่านทั้งหลาย เกิดมาหญิงชายทุกถ้วนหน้า ล้วนแต่แบกภาระขันธ์ ๕ ด้วยกันทั้งนั้น ขันธ์ ๕ เป็นของหนัก ไม่ใช่ของเบา หนักอย่างไร หนักตั้งแต่อุบัติตั้งแต่อยู่ในท้อง ตั้งแต่เกิดในท้องมารดาหนักเรื่อยมา นั่นบังคับให้มารดาผู้ทรงครรภ์นั้นหนักแล้ว ตัวเองก็หนักไปไหนไม่ค่อยไหว ติดอยู่ในอู่มดลูกนั่นเอง เจริญวัยวัฒนาเป็นลำดับ ๆ ไป เมื่อคลอดก็หนักถึงกับตายได้ ถ้าว่าขันธ์ที่เกิดนั้นไม่ตาย ขันธ์ของมารดาที่ให้เกิดนั้นถึงกับตายลำบากยากแค้นนัก หนักด้วย ลำบากด้วย ฝืดเคืองด้วย คับแค้นด้วย คับแคบด้วย ลำบากทั้งนั้น ขันธ์ ๕ เป็นของหนักจริง ๆ ไม่ใช่ของเบา ไปไหนก็ไปเร็วไม่ได้ อุ้ยอ้าย เมื่อเจริญวัยวัฒนาเป็นลำดับแล้วก็ไปได้ด้วยตนของตนเอง แต่ว่าเป็นกายหนัก เหาะเหินเดินอากาศไม่ได้ ไปเร็วไม่ได้ ต้องไปตามกาลสมัยตามกาลของขันธ์นั้น ไม่ใช่หนักพอดีพอร้าย หนักกายต้องบริหารมากมาย ผู้เกิดมานั้นต้องบริหารขันธ์ ๕ นั้นด้วย ต้องดูแลรักษา ครั้นเจริญวัยวัฒนาตัวของตัวเมื่อหลุดจากมารดาบิดาบริหารรักษาแล้ว ตัวของตัวต้องรักษาตัวเองอีก ตัวของตัวเองรักษาตัวเองก็ไม่ค่อยไหว บางคนถึงกับให้คนอื่นเขารักษาให้ ต้องให้เขาใช้สอยไปต่าง ๆ นานา รักษาขันธ์ ๕ ของตัวไม่ได้ ต้องบากบั่นตรากตรำมากมายในการเล่าเรียนศึกษากว่าจะรักษาขันธ์ ๕ ของตนเองได้ จนกระทั่งรักษาขันธ์ ๕ ของตนได้ พอรักษาขันธ์ของตัวได้ขันธ์ ๕ ก็เก่าคร่ำคร่า หนักเข้าขันธ์ ๕ ของตัวเองก็พยุงตัวเองไม่ไหว พยุงตัวไม่ไหวต้องอยู่กับที่ขยับได้บ้างไปโน่นมานี่ได้บ้าง แต่หนักเข้าก็ลุกไม่ขึ้น หนักเข้าก็หมดลมอัสสาสะปัสสาสะเข้าโลงไป ๔ คนนั่นแหละต้องหาม ๔ คนก็เต็มอึดเชียวหนา มันหนักขนาดนี้หนักอย่างโลก ๆ ไม่ใช่หนักอย่างธรรม ๆ หนักอย่างทางธรรมน่ะ นั่นลึกซึ้งแบกขันธ์ทั้ง ๕ นำขันธ์ทั้ง ๕ ไปมากมายนัก ในมนุษย์โลกนี้แบกขันธ์ทั้ง ๕ ไปมากมายนัก ภาระคือขันธ์ ๕ นี้หนัก ไม่ใช่หนักแต่ในมนุษย์โลก ไปเกิดเป็นเทวดาก็หนักอีก ไปเกิดเป็นพรหมก็หนักอีก ไปเกิดเป็นอรูปพรหมก็หนักอีก หนักทั้งนั้นไม่ใช่เบา ถ้าไปเกิดเป็นสัตว์นรกหนักขึ้นไปกว่านั้นอีก ในสัญชีพ กาฬสูตต สังฆาต โรรุพน มหาโรรุพน ตาป มหาตาป อเวจี หนักขึ้นไปกว่านั้นอีก หรือไปเกิดในบริวารนรกรวมนรก ๔๕๖ ขุม ขุมใดขุมหนึ่ง หรือไปเกิดเป็นเปรตก็หนักขึ้นอีกเหมือนกัน ไปเกิดเป็นอสุรกายก็หนักขึ้นอีกเหมือนกัน ไปเกิดเป็นสัตว์เดียรัจฉานก็หนักอีกเหมือนกัน เกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน เปรตอสุรกาย ก็หนักทั้งนั้น ขันธ์ ๕ นี่เป็นของหนัก ท่านจึงได้ยืนยันตามพระบาลีว่า **ภารา หเว ปญฺจกฺขนฺธา** ขันธ์ ทั้ง ๕ เป็นของหนัก **ภารหาโร จ ปุคฺคโล** บุคคลผู้นำขันธ์ ๕ ที่หนักนั้นไป

ภาราทานํ ทุกฺขํ โลเก การถือมั่นในเบญจขันธ์ทั้ง ๕ นั้นหนัก เป็นทุกข์ในโลก **ภารนิกฺเขปนํ สุขํ** สละขันธ์ ๕ ปล่อยขันธ์ ๕ วางขันธ์ ๕ ทิ้งขันธ์ ๕ เสียได้เป็นสุข **นิกฺขิปิตฺวา ครุํ ภารํ** การทิ้งภาระที่หนักอันนั้นเสียได้แล้ว **อญฺญํ ภารํ อนาทิย** ไม่ถือเอาของหนักอื่นอีกต่อไป **สมูลํ ตณฺหํ อพฺพุยฺห** ชื่อว่าเป็นผู้ถอนตัณหาทั้งรากได้ **นิจฺฉาโต ปรินิพฺพุโต** หมดกระหาย ไปนิพพานได้ หมดกระหาย หมดร้อน

ทิ้งขันธ์ ๕ เสียได้แล้วได้ชื่อว่าถอนตัณหาทั้งรากได้

หมดกระวนกระวาย ไปนิพพานได้ ให้ทิ้งขันธ์ ๕ เสีย ทิ้งขันธ์ ๕ เสียได้แล้วได้ชื่อว่าถอนตัณหาทั้งรากได้ นี่เป็นตัวสำคัญ ให้รู้จักดังนี้ เราจำเป็นอยู่แล้วจะต้องวางต้องทิ้งขันธ์ ๕ นี่ถึงไม่ทิ้งเราก็ต้องทิ้ง ใครล่ะจะไม่ทิ้งได้ ถ้าไม่ทิ้งแก่เข้า ๆ ถึงเวลาก็ตายจะเอาไปได้หรือขันธ์ ๕ น่ะ คนเดียวก็เอาไปไม่ได้ หมดทั้งสากลโลก ขันธ์ ๕ ของตัวเอาไปไม่ได้ ขันธ์ ๕ ของสามีภรรยากันล่ะเอาไปไม่ได้ แต่ของตัวเอาไปไม่ได้แล้วนี่จะเอาของคนอื่นไปอย่างไรล่ะ เอาของลูกไปบ้างไม่ได้หรือ ไม่ได้ แต่ของตัวก็ยังเอาไปไม่ได้ จะเอาของลูกไปได้อย่างไร พี่น้องวงศ์วานว่านเครือจะเอาไปบ้างไม่ได้หรือ เอาไปไม่ได้ **ต่างคนต่างมา ต่างคนต่างไป ต่างคนต่างตาย ต่างคนต่างเกิด** ตาย ๆ คนเดียว เกิด ๆ คนเดียว เราอยู่คนเดียวนะนี่น่ะ ไม่ได้อยู่หลายคนนะ อยู่กี่คนก็ช่าง ตายไปด้วยกันไม่ได้ เกิดคนเดียวตายคนเดียวทั้งนั้น ก็แฝดกันไม่ใช่มาด้วยกันดอกหรือ จะแฝดหรือจะติดกันอย่างไรก็ตามเถอะ คนละจิตคนละใจทั้งนั้น ต่างคนต่างมา ต่างคนต่างไป ต่างคนต่างตาย ต่างคนต่างเกิด

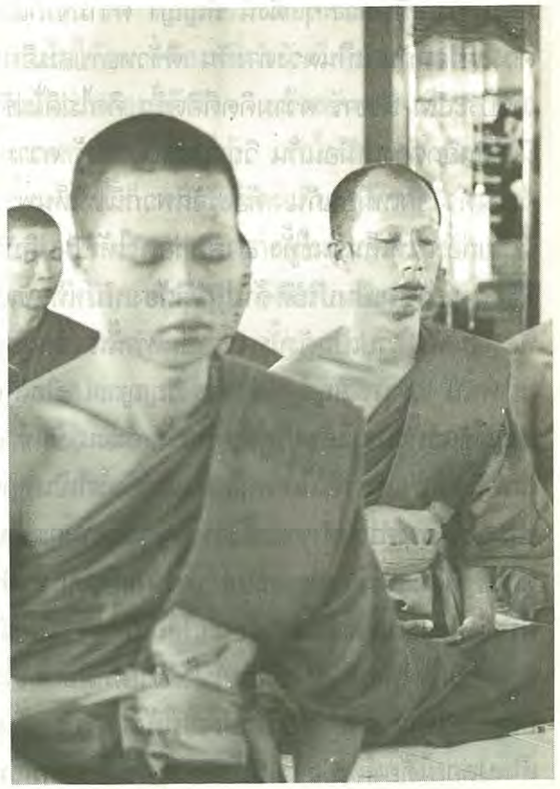
เมื่อรู้ชัดดังนี้ วิธีจะละขันธ์ ๕ ถอดขันธ์ ๕ ทิ้ง **วิธีจะถอดสละขันธ์ ๕ วางขันธ์ ๕ นั้น ต้องเป็นผู้**

ตั้งอยู่ในสังวรกถา ที่จะตั้งอยู่ในสังวรกถาได้ ต้องอาศัยมีความรู้ ความเห็นแยบคาย เห็นแยบคายอย่างไร? รู้เห็นแยบคาย ความยินดีในรูปในอารมณ์นั้น ๆ ต้องปล่อยวาง ต้องละต้องทิ้งความยินดี ในอารมณ์นั้น ๆ ถ้ายังยึดความยินดีในอารมณ์อยู่ ปล่อยขันธ์ ๕ ไม่ได้ การยึดอารมณ์ยินดีในอารมณ์ ท่านยกเป็นตำรับตำราไว้ เป็นเนติแบบแผน เป็นภาษามคธว่า **สุภานุปสฺสึ วิหรนฺตํ อินฺทริเยสุ อสํวุตํ โภชนมฺหิ อมตฺตญฺญุํ กุสีตํ หีนวิริยํ ตํ เว ปสหติ มาโร วาโต รุกฺขํ ว ทุพฺพลํ** แปลเป็นสยามภาษาว่า ผู้ที่เห็นอารมณ์งาม **สุภานุปสฺสึ** ผู้ที่เห็นอารมณ์งาม รูปารมณ์ก็ดี สัทธารมณ์ คันธารมณ์ รสารมณ์ โผฏฐัพพารมณ์ ผู้เห็นอารมณ์งาม รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ นั่นแหละ เรียกว่า**สุภานุปสฺสึ** ผู้เห็นอารมณ์งามอยู่ ไม่สำรวมในอินทรีย์ทั้งหลาย ไม่รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร มีความเกียจคร้าน **กุสีตํ** จมอยู่ในอาการอันบัณฑิตพึงเกลียด **หีนวิริยํ** มีความเพียรเลวทราม **ตํ เว ปสหติ มาโร** มารย่อมประหารบุคคลผู้นั้นได้ **วาโต รุกฺขํ ว ทุพฺพลํ** เหมือนลมประหารต้นไม้อันมีกำลังทุพพลภาพได้ฉันนั้น นี้พระคาถาต้น คาถาสองรองลงไป **อสุภานุปสฺสึ วิหรนฺตํ อินฺทริเยสุ สํวุตํ โภชนมฺหิ จ มตฺตญฺญุํ สทฺธํ อารทฺธวิริยํ ตํ เว นปฺปสหติ มาโร วาโต เสลํ ว ปพฺพตํ** ผู้ที่เห็นอารมณ์อันไม่งาม สำรวมดีในอินทรีย์ทั้งหลาย รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร หรือโภชนาหาร มีความเชื่อ ปรารภความเพียรอยู่ มารย่อมประหารบุคคลผู้นั้นไม่ได้ เหมือนอย่างลม ประหารภูเขาอันล้วนแล้วด้วยศิลาเขยื้อนไม่ได้ฉันนั้น **จกฺขุนา สํวโร สาธุ สาธุ โสเตน สํวโร ฆาเนน สํวโร สาธุ สาธุ ชิวฺหาย สํวโร กาเยน สํวโร สาธุ สาธุ วาจาย สํวโร มนสา สํวโร สาธุ สาธุ สพฺพตฺถ สํวโร สพฺพตฺถ สํวุโต ภิกฺขุ สพฺพทุกฺขา ปมุจฺจติ** แปลเนื้อความว่าสำรวมตาได้ ยังประโยชน์ให้สำเร็จ สำรวมหูได้ ยังประโชน์ให้สำเร็จ สำรวมจมูกได้ ยังประโยชน์ให้สำเร็จ สำรวมลิ้นได้ ยังประโยชน์ให้สำเร็จ สำรวมกายได้ ยังประโยชน์ให้สำเร็จ สำรวมวาจาได้ยังประโยชน์ให้สำเร็จ สำรวมใจได้ ยังประโยชน์ให้สำเร็จ สำรวมในที่ทั้งหมด ปรากฏว่ายังประโยชน์ให้สำเร็จโดยแท้ **ผู้ศึกษาธรรมวินัยเป็นผู้สำรวมแล้วในอินทรีย์ทั้งหลาย ในอินทรีย์ทั้งสิ้น** เมื่อสำรวมได้เช่นนี้ตัดสินว่า **สพฺพทุกฺขา ปมุจฺจติ ย่อมหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงไปด้วยประการดังนี้ นี่สังวรกถาแสดงการสำรวม**

แต่ว่าที่กล่าวมานี้ ตามวาระพระบาลีคลี่ความเป็นสยามภาษา ถ้าจะอรรถาธิบายขยายความ ในการที่ปล่อยขันธ์ ๕ เป็นลำดับไป **ขันธ์ทั้ง ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ** ที่เราแบกเป็นภาระหนักอยู่ในบัดนี้ แล้วอวดดีด้วยนะ ภาระของตัวหนักพออยู่แล้ว ยังอวดดีไปแบกภาระของคนอื่นเขาเข้าอีกด้วย เอากันละตรงนี้ อวดดีแบกภาระของคนอื่นเขาเข้าด้วย ไม่ใช่แบกน้อยด้วย บางคนแบกหลาย ๆ ขันธ์ แอบไปแบกเข้า ๕ ขันธ์ อีกแล้ว หญิงก็ดีชายก็ดีแอบไปแบกเข้าอีก ๕ ขันธ์ แล้วรวมของตัวเข้าเป็น ๑๐ ขันธ์แล้ว หนักเข้าก็หลุดออกมาอีก ๕ ขันธ์ เป็น ๑๕ ขันธ์แล้ว แบกเอาไป แบกเข้าไปเฮอะ เอ้า หนัก

เข้า ๆ หลุดออกมาอีก ๕ ขันธ์แล้วเป็น ๒๐ ขันธ์ แล้วนาน ๆ หลาย ๆ ปีเข้าหลุดออกมาอีก ๕ ขันธ์ แล้วเป็น ๒๕ ขันธ์ นาน ๆ หลุดออกมาอีก ๕ ขันธ์ แล้วเอ้าเป็น ๓๐ ขันธ์ ดังนี้แหละ บางคนแบกถึง ๔๐-๕๐-๖๐-๗๐-๘๐-๙๐ บางคนถึง ๑๐๐ ขันธ์ สมภารแบกตั้งพันขันธ์เชียวนาไม่ใช่น้อย ๆ นั่นอวดดีละ ถ้าอวดดีอย่างนี้ต้องหนักมาก เขาจึงได้ชื่อว่าสมภารสัมภาระ แปลว่าหนักพร้อม หนักรอบตัว พ่อบ้านแม่บ้าน พ่อครัว แม่ครัว ก็เหมือนกัน หนักใหญ่อีกเหมือนกัน หนักรอบอีกเหมือนกัน เพราะแบกขันธ์ทั้งนั้น ที่ทุกข์ยากลำบากกันหนักหนาที่เดียว เพราะแบกขันธ์เหล่านี้แหละ ต้องปลูกบ้านเป็นหย่อม ๆ เป็นหลังเป็นพืดไป นั่นเพราะอะไร บริหารขันธ์ แบกขันธ์ทั้งนั้น แบกภาระที่หนักทั้งนั้น ไม่ใช่เล็กน้อยไม่ใช่พอดีพอร้าย เพราะเหตุดังนั้นการแบกภาระของหนักนี่แหละ ถ้าว่าปล่อยไม่ได้วางไม่ได้ละก็เป็นทุกข์หนักทีเดียว บุคคลผู้แบกของหนักไป **บุคคลผู้แบกขันธ์ ๕ ที่หนักไป ถ้าว่าปล่อยวางขันธ์ ๕ ไม่ได้ก็เป็นทุกข์แท้ ๆ ถ้าปล่อยวางขันธ์ ๕ เสียได้ก็เป็นสุขแท้ ๆ เหมือนกัน ตรงกันข้ามอย่างนี้**

แต่ว่า**วิธีปล่อยขันธ์ ๕** ไม่ใช่ของเล็กน้อย ไม่ใช่เป็นของปล่อยง่าย **ถ้าปล่อยไม่ได้ก็เป็นทุกข์ ปล่อยได้ก็เป็นสุข** แต่ขันธ์ ๕ จริง ๆ เราก็ไม่รู้จักมันเสียแล้วนะ ปล่อยมันอย่างไร **รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ**น่ะ เอาเถอะ แก่เฒ่าอยู่วัดอยู่วาไปตามกันบวชแล้วก็ตาม ไม่บวชก็ตาม ถามจริง ๆ เถอะว่ารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ จริง ๆ น่ะคืออะไร เอาละอีกอักกันทีเดียว ไม่เข้าใจตัวของตัวแท้ ๆ ไม่เข้าใจ **รูป**น่ะคือ**ร่างกาย** ประกอบด้วยธาตุทั้ง ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ ผสมกันอยู่นี้ ถ้าว่าแยกออกไปก็เป็นรูป ๒๘ มหาภูตรูป ๔ อุปาทายรูป ๒๔ เป็นรูป ๒๘ ประการดังนี้ นี่แหละมีรูปเท่านี้ เป็นเบญจขันธ์นี้ รูป ๒๘ **เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นามขันธ์ ๔** โดยย่อ สังขาร ๓ วิญญาณ ๖ เวทนา ความรู้สึก สัญญา ความจำ สังขาร ความคิด วิญญาณ ความรู้ **เป็นดวง** สีต่าง ๆ กัน ส่วนเวทนาก็**เป็นดวง** ถ้า**สุขเวทนา**ก็**ใส** ถ้า**ทุกขเวทนา**



..ที่ปล่อยไม่เป็นน่ะพวกหนึ่ง ไม่ได้เล่าเรียนศึกษา ไม่ได้ฟังธรรมของสัตบุรุษ ไม่ได้ฝึกฝนใจในธรรมของสัตบุรุษ ไม่ได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้า ไม่ได้ฝึกฝนใจในธรรมของพระพุทธเจ้า ไอ้พวกนี้ปล่อยไม่เป็น...

ก็**ขุ่น** ดังนี้เป็นดวง ๆ ดังนี้ สัญญา ความจำก็เป็นดวงเหมือนกัน เป็นดวงต่างกัน ดีชั่วหยาบละเอียดเลวประณีต สังขาร ความคิดดีคิดชั่ว คิดไม่ดีไม่ชั่วนี่ก็เป็นอีกดวงเหมือนกัน วิญญาณ ความรู้ ความรู้ก็เป็นดวงอีกเหมือนกัน ต้องรู้จักพวกนี้ให้เห็นพวกนี้เสียก่อน ให้เห็นขันธ์ทั้ง ๕ เสียก่อน ให้เป็นปฏิบัติ**ที่แสดงแล้วนั่นเป็นปริยัติ ถ้าปฏิบัติต้องเห็น** เห็นขันธ์ทั้ง ๕ นั่น รูปเป็นดังนั้น โตเล็กเท่านั้น สัณฐานอย่างนั้น เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เมื่อเห็นเบญจขันธ์ทั้ง ๕ แล้ว ก็ดูความจริงของมัน ขันธ์ ๕ เหล่านี้น่ะ ถ้าแม้ว่าขืนไปยึดถือมันเข้าไว้ละก็เป็นทุกข์ ท่านถึงได้วางตำรับตำราเอาไว้ว่า **ปญฺจุปาทานกฺขนฺธา ทุกฺขา ยึดถือมั่นในเบญจขันธ์ ๕ นั่นเป็นทุกข์ ถ้าหากว่าปล่อยเบญจขันธ์ ๕ เสียได้ก็เป็นสุข** แต่ว่าปล่อยไม่ใช่ได้ง่าย ปล่อยไม่ได้ง่ายเหมือนอะไร ปล่อยไม่เป็น ถ้าปล่อยเป็นปล่อยได้ง่าย ปล่อยไม่เป็นปล่อยได้ยาก **ปล่อยไม่เป็นเหมือนอะไร เหมือนเด็ก ๆ กำไฟเข้าไว้ ยิ่งร้อนหนักเข้ายิ่งกำหนักแน่นหนักเข้า** ร้องไจหายใจคว่ำก็ร้องไป **ปล่อยไม่เป็น** คลายมือไม่เป็น ถ่านก้อนที่กำเข้าไว้น่ะ เมื่อเด็กกำเอาเข้าไว้แล้ว กำเสียดับเลยทีเดียว กำเสียมิดทีเดียว มือก็ไหม้เข้าไปรูหนึ่งแล้ว นั่นเพราะอะไร เด็กมันปล่อยถ่านไฟไม่เป็น ปล่อยไม่เป็นหรือมันไม่ปล่อย ปล่อยไม่เป็นจริง ๆ ถ้าปล่อยเป็นมันก็ปล่อยเหมือนกัน เหมือนพวกเรานี่แหละ ยึดมั่นเอาเบญจขันธ์ทั้ง ๕ เข้าไว้ปล่อยไม่เป็น ไม่รู้ว่าจะปล่อยท่าไหน วางท่าไหนก็ไม่รู้ วางไม่ออกปล่อยไม่ออก **ปล่อยไม่เป็นวางไม่เป็น หรือปล่อยไม่ได้วางไม่ได้?** ไอ้ที่ปล่อยไม่ได้วางไม่ได้อีกพวกหนึ่ง ไอ้ที่ปล่อยไม่เป็นน่ะพวกหนึ่ง

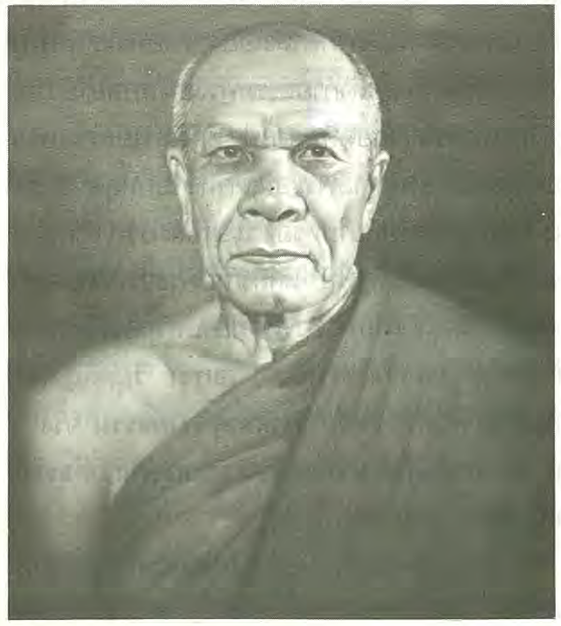
ปล่อยไม่ได้วางไม่ได้น่ะ รู้แล้วว่าปล่อยท่านั้นวางท่านั้น ไม่ยอมปล่อย ไม่อยากปล่อยเพราะอะไร? เสียดายมัน นั่นอีกพวกหนึ่ง ไม่อยากปล่อยขันธ์ ๕ อยากจะได้ขันธ์ ๕ ให้มากขึ้น นั่นพวกหนึ่ง

ไอ้ที่ปล่อยไม่เป็นน่ะพวกหนึ่ง ไม่ได้เล่าเรียนศึกษา ไม่ได้ฟังธรรมของสัตบุรุษ ไม่ได้ฝึกฝนใจในธรรมของสัตบุรุษ ไม่ได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้า ไม่ได้ฝึกฝนใจในธรรมของพระพุทธเจ้า ไอ้พวกนี้ปล่อยไม่เป็น

ไอ้พวกที่ได้ฟังแล้วจะปล่อยก็เป็น แต่ว่าเสียดายไม่ยอมปล่อย อีกพวกหนึ่งตั้งใจปล่อยจริง ๆ แต่ปล่อยไม่ได้ ไอ้ที่ไม่อยากปล่อยน่ะ เหมือนอะไรล่ะ? เหมือนพรานวางเบ็ด เมื่อปลาติดเบ็ดแล้ว ถ้าปลาตัวเล็ก ๆ พอจะปลดปล่อยได้ ถ้าปลาถึงขนาดเข้าปล่อยไม่ได้ เสียดาย ต้องใส่เรือของตัวไป ไอ้อยาก

..บุคคลมีศรัทธา มีความเพียรดี มีความเพียรหมั่นขยันกล้านั้นแหละอาจปล่อยขันธ์ ๕ ได้ละ...

ปล่อยแต่ปล่อยไม่ได้น่ะเหมือนอะไร? เหมือนนกติดแร้ว อยากปล่อย แต่เครื่องติดมันมี มันมีเหมือนอะไรล่ะ นี่แหละเหมือนอย่างเราครองเรือนอย่างนี้แหละ อยากจะปล่อยมัน แต่ว่าเครื่องติด มันมีเลยปล่อยไม่ได้ เสียดายมันปล่อยไม่ได้ มันติดอยู่ดังนั้นแหละ ปล่อยไม่ถนัด เพราะเหตุฉะนี้แหละ เบญจขันธ์ทั้ง ๕ ไม่ใช่เป็นของพอดีพอร้าย ต้องถอดกัน ไม่ถอดปล่อยไม่ได้



วิธีถอดเบญจขันธ์เบื้องต้นต้องสำรวม ที่จะสำรวมน่ะ ต้องพิจารณาเบญจขันธ์ทั้ง ๕ เสียก่อนว่าเป็นของไม่ดีไม่งาม เป็นของไม่ดีไม่งามนะ **เป็นของหนักจริง ๆ นะ** รู้ว่าเป็นของหนักแล้ว เริ่มต้นทีเดียว เมื่อเห็นว่าหนักละก็เริ่มต้นสำรวม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เลยทีเดียว **สำรวมระวังไว้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ในเวลาที่รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์มากระทบ คอยระวังไว้สำรวมไว้ให้ดี เมื่อระวังให้ดีแล้วสละความยินดียินร้ายไม่ให้มากระทบ** ไม่ให้ความชอบความไม่ชอบซึ่งเป็นกิเลสหยาบเข้ามากระทบได้ สละเสีย เมื่อสละเช่นนั้นถ้าว่าเกียจคร้านไม่ได้นะ ต้องหมั่นขยันทีเดียว ต้องมีความเชื่อมั่นว่าปล่อยได้จริง แล้วขยันหมั่นเพียรจริง ๆ นั่นแหละจึงจะปล่อยได้ ถ้าไม่สำรวมระวังปล่อยพลั้งเผลอละก็ เหมือนดังคนเกียจคร้านมีปัญญาเลวทราม ก็ต้องรัดรึงตรึงตราอยู่ในเบญจขันธ์ทั้ง ๕ ก็บุคคลมีศรัทธา มีความเพียรดี มีความเพียรหมั่นขยันกล้านั้นแหละอาจปล่อยขันธ์ ๕ ได้ละ แต่ว่าวิธีจะปล่อยท่านชี้แจงแสดงย่อยออกไปเป็นตำรับตำราออกไปเป็นส่วน ๆ ให้เป็นตำรับ ตำราออกไปว่า **จกฺขุนา สํวโร สาธุ** สำรวมตาได้ยังประโยชน์ให้สำเร็จ ยังประโยชน์ให้สำเร็จอย่างไร ความติดมั่นในรูปารมณ์ก็ไม่มี สำรวมหูได้ยังประโยชน์ให้สำเร็จ สำเร็จอย่างไร ความติดมั่นในสัททารมณ์ก็ไม่มี หยุดไปได้ สำรวมจมูกได้ ความติดมั่นถือมั่นในกลิ่นก็ไม่มี หลุดไปได้ สำรวมในลิ้นได้ก็ไม่ติดในรส สำรวมในกายได้ ความสัมผัสเย็นร้อนอ่อนแข็งก็หลุดไป ยังประโยชน์

...ความสำรวมทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นั่นแหละ ทั้ง ๖ อย่างสำรวมได้แล้วก็ยังประโยชน์ให้สำเร็จได้ทั้งหมด...

ให้สำเร็จดังนี้ เมื่อสำรวมกายได้สัมผัสก็หลุดไป สำรวมวาจาได้ ที่จะมีโทษทางวาจาก็ไม่มี หลุดไป สำรวมใจได้โทษทางใจก็ไม่มี ยังประโยชน์ให้สำเร็จเป็นชั้น ๆ ไปดังนี้ ความสำรวมทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นั่นแหละ ทั้ง ๖ อย่างสำรวมได้แล้วก็ยังประโยชน์ให้สำเร็จได้ทั้งหมด ปรากฏว่าผู้ศึกษาพระธรรมวินัยต้องเป็นผู้มีหลักมีเกณฑ์อย่างนี้ เมื่อมีหลักมีเกณฑ์อย่างนี้แล้วได้ชื่อว่าสำรวมดีในสิ่งทั้ง ๖ ประการ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ **สำรวมใจดีแล้วหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้จริง ๆ นะ**

เขาทำกันอย่างไร? ต้องทำใจให้หยุดนิ่งอยู่ศูนย์กลางกายมนุษย์ที่เคยแสดงอยู่เสมอ ๆ เข้าสิบเข้าศูนย์ให้ดี ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ใสบริสุทธิ์ เท่าฟองไข่แดงของไก่ พอหยุดนิ่งก็เข้ากลางของกลาง ๆ ๆ ๆ ๆ ๆ เป็นลำดับไป เมื่อเข้ากลางของกลางเป็นลำดับ จนกระทั่งถึงดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ เข้าถึงกายมนุษย์ละเอียด กายมนุษย์หยาบหลุด หยุดอยู่ศูนย์กลางของธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ละเอียด ถูกส่วนเข้า เข้ากลางของกลาง หยุดเรื่อยไป ถูกส่วนเข้าก็ถึง ดวง ศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ วิมุตติญาณทัสสนะ เข้าถึงกายทิพย์ กายมนุษย์ละเอียดก็หลุดไป เข้าถึงกายทิพย์ละเอียด กายทิพย์หยาบก็หลุดไป เข้าถึงกายรูปพรหม กายทิพย์ละเอียดหลุดไป เข้าถึงกายรูปพรหมละเอียด กายรูปพรหมหยาบหลุดไป เข้าถึงกายอรูปพรหม กายรูปพรหมละเอียดหลุดไปเข้าถึงกายอรูปพรหมละเอียด กายอรูปพรหมหยาบหลุดไป เข้าถึงธรรมกาย กายอรูปพรหมละเอียดหลุดไป นี่หลุดไป ๘ กายแล้ว เข้าถึงกายธรรมโคตรภูละเอียด กายธรรมโคตรภูหยาบก็หลุดไป เข้าถึงกายธรรมพระโสดาบันหยาบ กายธรรมโคตรภูละเอียดหลุดไป เข้าถึงกายธรรมพระโสดาละเอียด กายพระโสดาหยาบก็หลุดไป เข้าถึงกายธรรมพระสกทาคาหยาบ กายพระโสดาละเอียดก็หลุดไป เข้าถึงกายธรรมพระสกทาคาละเอียด กายพระสกทาคาหยาบก็หลุดไป เข้าถึงกายธรรมพระอนาคาหยาบ กายพระสกทาคาละเอียดก็หลุดไป เข้าถึงกายธรรมพระอนาคาละเอียด กายพระอนาคาหยาบก็หลุดไป เข้าถึงกายพระอรหัตหยาบหรือพระอรหัตมรรค กายพระอนาคาละเอียดก็หลุดไป เข้าถึงกายพระอรหัตละเอียดหรืออรหัตผล กายพระอรหัตหยาบหรืออรหัตมรรคก็หลุดไป พอเข้าถึง**อรหัตผล**เรียกว่า **วิมุตติญาณทัสสนะ** เรียกว่า เข้าถึง **วิราคธาตุ วิราคธรรม** จริง ๆ **หลุดจากธรรมที่ปะปนด้วยกิเลส สราคธาตุ สราคธรรม หลุดหมด** เบญจขันธ์ทั้ง ๕

ขันธ์ ๕ ของมนุษย์ ของกายมนุษย์ละเอียด เมื่อเข้าถึงกายทิพย์ กายทิพย์ละเอียดแล้ว ก็หลุด

ขันธ์ ๕ ของกายทิพย์ กายทิพย์ละเอียดเมื่อ เข้าถึงกายรูปพรหม รูปพรหมละเอียดก็หลุด ขันธ์ ๕ ของกายรูปพรหม รูปพรหมละเอียดเข้าถึงอรูปพรหม อรูปพรหมละเอียดก็หลุด หลุดหมดหลุดเป็นชั้น ๆ ไป

ขันธ์ ๕ ของกายอรูปพรหม อรูปพรหมละเอียดถึงกายธรรมเสียแล้วก็หลุด ถึงกายธรรมพระโสดา ขันธ์ ๕ ของกายธรรมโคตรภูหยาบ โคตรภูละเอียดหลุด เข้าถึงกายธรรมพระสกทาคาแล้ว กายธรรมของโสดา โสดาละเอียดหลุด เข้าถึงกายธรรมของพระอนาคาหยาบ อนาคาละเอียดแล้ว กายธรรมของพระสกทาคาหยาบ สกทาคาละเอียดหลุดออกไป เช่นนี้เป็นชั้น ๆ เช่นนี้เรียกว่ารู้จักสำรวมถูกส่วนเข้าแล้วหลุดเป็นชั้น ๆ ไปดังนี้ เมื่อหลุดออกไปได้แล้วเห็นว่าหลุดจริง ๆ ไม่ใช่หลุดเล่น ๆ **ถ้าว่าโดยย่อแล้วละก็พอถึงกายธรรมหยาบละเอียดเท่านั้น ไปนิพพานได้แล้ว** แต่ว่า**หลุดดังนี้เป็น ตทังควิมุตติ** ประเดี๋ยวก็กลับมาอีก **พอหลุดแค่พระโสดา นั่นเป็นโลกุตตระ** ข้ามขึ้นจากโลกได้แล้ว เป็นอริยบุคคลแล้ว แต่ว่า**ไม่พ้นจากไตรวัฏฏ์ไป** ต้องอาศัยไตรวัฏฏ์ เพราะ**ยังไปนิพพานไม่ได้ ต้องอาศัยกามภพรูปภพอยู่** แต่ว่า**อาศัยอยู่แต่เปลือกนอก ข้างในล่อนจากเปลือกนอกเสียแล้ว**อย่างนั้นก็พอใช้ได้ แต่ว่ายังไม่ถึงที่สุด ต้องถึงที่สุดคือพระอรหัตผลนั่นแหละจึงจะพ้นขาดเด็ดเป็นวิราคธาตุ วิราคธรรมจริง ๆ หลุด ได้จริง ๆ เช่นนี้ อย่างนี้เอาตัวรอดได้ อย่างนี้เมื่อรู้จักหลักความหลุดพ้นเช่นนี้แล้วก็ตั้งใจให้แน่วแน่ **ต้องมีความสำรวมเบื้องต้น** ที่ท่านได้ชี้แจงแสดงไว้ในอารมณ์ที่ไม่งาม แล้วสำรวมระวังให้ดี **รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร มีความเพียร มีศรัทธา** กล้าหาญ ไม่ย่อท้อ นั่นแหละคงจะไปถึงที่สุดได้ ทว่าย่อท้อเสียแล้วถึงที่สุดไม่ได้ง่าย ให้เข้าใจหลักอันนี้ หลักที่แสดงแล้ว ที่แสดงในทางขันธ์ ๕ เป็นของหนักแล้ว คิดสละขันธ์ ๕ นั่นได้ด้วยความสำรวมระวัง นี้เป็น**ทางปริยัติ** เป็นลำดับไปจนเข้าถึงถอดกายเป็นชั้น ๆ ออกไปแล้วจนกระทั่งถึงพระอรหัต ถึงวิราคธาตุ วิราคธรรม กายพระอรหัตหยาบ พระอรหัตละเอียดนั้น ในแนวนั้นเป็น**ทางปฏิบัติ ปฏิเวธ** ก็เป็นชั้น ๆ เคยแสดงแล้ว

กายมนุษย์เมื่อปฏิบัติถูกส่วนเข้าแล้วเห็นกายมนุษย์ละเอียด นั่นเป็น**นิโรธ** เป็น**ปฏิเวธ** รู้แจ้งแทงตลอดของกายมนุษย์ เมื่อกายมนุษย์ละเอียดเข้าถึงกายทิพย์ ก็เป็นปฏิเวธของกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์เมื่อเข้าถึงกายทิพย์ละเอียด ก็เป็นปฏิเวธ

ของกายทิพย์ รู้จักกายทิพย์ละเอียดแล้ว เมื่อกายทิพย์ละเอียดเข้าถึงกายรูปพรหม ก็เป็นปฏิเวธของกายทิพย์ละเอียด กายรูปพรหมเข้าถึงกายรูปพรหมละเอียด ก็เป็นปฏิเวธของกายรูปพรหม กายรูปพรหมละเอียดเข้าถึงกายอรูปพรหม ก็เป็นปฏิเวธของกายรูปพรหมละเอียด กายอรูปพรหมหยาบเห็นกายอรูปพรหมละเอียด ก็เป็นปฏิเวธของกายอรูปพรหมหยาบ กายอรูปพรหมละเอียดเห็นกายธรรม ก็เป็นปฏิเวธของกายอรูปพรหมละเอียด กายธรรมเห็นกายธรรมละเอียด ก็เป็นปฏิเวธของกายธรรมละเอียด กายธรรมพระโสดาเห็นกายธรรมพระโสดาละเอียด ก็เป็นปฏิเวธของกายธรรมพระโสดาหยาบ เมื่อกายธรรมของพระโสดาละเอียดเห็นกายธรรมของพระสกทาคา ก็เป็นปฏิเวธของกายธรรมพระโสดาละเอียด กายธรรมพระสกทาคาเห็นกายธรรมละเอียดของพระสกทาคาเอง ก็เป็นปฏิเวธของกายธรรมพระสกทาคา กายธรรมละเอียดของพระสกทาคาเห็นกายธรรมพระอนาคาหยาบ ก็เป็นปฏิเวธของกายธรรมพระสกทาคาละเอียด กายธรรมพระอนาคาเห็นกายธรรมละเอียดของพระอนาคาเอง ก็เป็นปฏิเวธของกายธรรมพระอนาคา กายธรรมของพระอนาคาละเอียดเห็นกายธรรมของพระอรหัต ก็เป็นปฏิเวธของกายธรรมพระอนาคาละเอียด กายธรรมของพระอรหัตหยาบหรืออรหัตมรรคเข้าถึงกายธรรมของพระอรหัตละเอียดหรือพระอรหัตผล ก็เป็นปฏิเวธของกายธรรมพระอรหัต **นี่ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ** เป็นลำดับอย่างนี้ เมื่อรู้จักหลักดังนี้ละก็ การเล่าเรียนในทางพุทธศาสนา

...ให้รู้จักทางปริยัติ ทางปฏิบัติ ทางปฏิเวธ จึงจะเอาตัวรอดได้ ถ้ารู้จักแต่เพียงทางปริยัติ ยังข้องขัดอยู่ในทางปฏิบัติ ต้องให้เข้าถึงทางปฏิบัติ ยังข้องขัดอยู่ในทางปฏิเวธ ให้เข้าถึงทางปฏิเวธ นั่นแหละจึงจะเอาตัวรอดได้...

การแสดงก็ดี การสดับตรับฟังก็ดี **ให้รู้จักทางปริยัติ ทางปฏิบัติ ทางปฏิเวธ จึงจะเอาตัวรอดได้ ถ้ารู้จักแต่เพียงทางปริยัติ ยังข้องขัดอยู่ในทางปฏิบัติ ต้องให้เข้าถึงทางปฏิบัติ ยังข้องขัดอยู่ในทางปฏิเวธ ให้เข้าถึงทางปฏิเวธ นั่นแหละจึงจะเอาตัวรอดได้** ด้วยประการดังนี้

ที่ได้ชี้แจงแสดงมานี้ตามวาระพระบาลีคลี่ความเป็นสยามภาษา ตามมตยาธิบาย พอสมควรแก่เวลา **เอเตน สจฺจวชฺเชน** ด้วยอำนาจความสัตย์ที่ได้อ้างธรรมปฏิบัติ ตั้งแต่ต้นจนอวสานนี้ **สทา โสตฺถี ภวนฺตุ เต** ขอความสุขสวัสดีจงบังเกิดแก่ท่านทั้งหลายบรรดามาสโมสรในสถานที่นี้ทุกถ้วนหน้า อาตมภาพชี้แจงแสดงมาพอสมควรแก่เวลา สมมติว่ายุติธรรมิกถาโดยอรรถนิยมความเพียงเท่านี้ เอวํ ก็มีด้วยประการฉะนี้

■ ■ ■ ■

๑๑ วันแห่งการเผยแพร่ธรรมในสหรัฐอเมริกา

ของพระอาจารย์เสริมชัย ชยมงฺคโล

(ระหว่างวันที่ ๒๐-๓๑ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๓๓)

พระเสริมชัย ชยมงฺคโล ผู้อำนวยการ สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี กับคณะกรรมการมูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย อันมีคุณสุวิชญ โรจนวานิช กรรมการและเหรัญญิก คุณสุทัศน์ และ คุณสุนีรัตน์ นิ่มกุลรัตน์ กรรมการเลขานุการและผู้ช่วยเลขานุการ และคุณสมศักดิ์ เดชาจุตินันท์ ผู้ช่วยกิจกรรมมูลนิธิฯ ได้ออกเดินทางจากประเทศไทยไปประเทศสหรัฐอเมริกา เมื่อวันที่ ๒๐ พฤษภาคม ๒๕๓๓ เพื่อเผยแพร่พระสัทธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแก่สาธุชนทั้งชาวอเมริกันและชาวไทยในประเทศสหรัฐอเมริกาเป็นเวลา ๑๑ วัน และได้เดินทางกลับประเทศไทยเมื่อวันที่ ๓๑ พฤษภาคม ถึงประเทศไทยเมื่อวันที่ ๑ มิถุนายน ศกเดียวกัน ระหว่างที่อยู่ในประเทศสหรัฐอเมริกา พระเสริมชัยได้บำเพ็ญศาสนกิจเผยแพร่พระธรรมทั้งภาคปริยัติและปฏิบัติพระสัทธรรมดังต่อไปนี้

๒๑ พฤษภาคม	๐๙:๐๐-๑๐:๐๐ น.	ให้สัมภาษณ์เรื่องวิธีการเจริญภาวนาและอานิสงส์ของการเจริญภาวนาธรรมทางสถานีวิทยุของ Winona State University, Minesota
	๑๖:๓๐-๑๗:๓๐ น.	บรรยายธรรมเรื่องพุทธภาวนา : หลักและวิธีการเจริญภาวนา อานิสงส์และประสบการณ์จากการปฏิบัติภาวนาธรรม แก่คณาจารย์ นักศึกษา และสาธุชนทั่วไป ณ Winona State University, Minesota

๒๒ พฤษภาคม	๐๙:๐๐-๑๐:๐๐ น.	สนทนาธรรมกับ Professor Dr.Roger Jackson, Religion Department, Carleton College, Northfield, Minesota
	๑๑:๐๐-๑๒:๓๐ น.	บรรยายธรรมเรื่องพุทธภาวนา : หลักและวิธีการเจริญภาวนา อานิสงส์และประสบการณ์จากการปฏิบัติภาวนาธรรม แก่นักศึกษาภาควิชาการศาสนา Carleton College
	๑๖:๐๐-๑๗:๐๐ น.	บรรยายธรรมแนะนำพระพุทธศาสนาแก่นักศึกษาอื่น ๆ ณ Carleton College
	๒๐:๐๐-๒๑:๐๐ น.	สอนภาวนาธรรมแก่ คณาจารย์และนักศึกษา ณ ศูนย์นักศึกษา Carleton College
๒๓ พฤษภาคม	๐๙:๐๐-๑๐:๐๐ น.	สอนภาวนาธรรมแก่ญาติโยมคนไทยในสหรัฐ ที่บ้านพักครอบครัวของ Professor Dr.Harry Gardiner และศาสตราจารย์ ออมสิน ที่ Winona, Minesota
๒๔ พฤษภาคม		เดินทางไปนครนิวยอร์ค พักที่วัดวชิรธรรมปทีป
	๑๙:๓๐-๒๑:๓๐ น.	สอนภาวนาธรรมแล้วบรรยายธรรมแก่ญาติโยมสาธุชนชาวไทยในสหรัฐและชาวอเมริกัน ณ วัดวชิรธรรมปทีป
๒๕ พฤษภาคม	๑๙:๓๐-๒๑:๓๐ น.	สอนภาวนาธรรมแล้วบรรยายธรรมแก่ญาติโยมสาธุชน ณ วัดวชิรธรรมปทีป
๒๖ พฤษภาคม	๐๙:๓๐-๑๐:๓๐ น.	สอนภาวนาธรรมแก่ญาติโยมสาธุชน และต่อธรรมแก่ผู้ปฏิบัติได้ถึงดวงธรรมและกายในกาย ณ วัดวชิรธรรมปทีป
	๑๓:๑๕-๑๔:๓๐ น.	สอนภาวนาธรรมแก่ญาติโยมสาธุชน และต่อธรรมแก่ผู้ปฏิบัติได้ถึงธรรมกาย ณ วัดวชิรธรรมปทีป
	๑๗:๐๐-๑๘:๐๐ น.	สอนภาวนาธรรมแก่ญาติโยม และต่อธรรมแก่ผู้ปฏิบัติได้ถึงธรรมกาย ณ วัดวชิรธรรมปทีป
	๒๐:๐๐-๒๑:๓๐ น.	สอนภาวนาแล้วบรรยายธรรมแก่ญาติโยมสาธุชน ณ วัดวชิรธรรมปทีป

๒๗ พฤษภาคม	๐๙:๓๐-๑๐:๓๐ น.	สอนภาวนาธรรม ณ วัดวชิรธรรมปทีป
	๑๓:๐๐ น.	ออกเดินทางไปกรุงวอชิงตัน ดีซี พักที่วัดไทย ณ กรุงวอชิงตัน ดีซี
	๑๙:๓๐-๒๑:๓๐ น.	สอนภาวนาธรรมแล้วบรรยายแก่ญาติโยมสาธุชนชาวไทยในสหรัฐและชาวอเมริกัน ณ วัดไทยกรุงวอชิงตัน ดีซี
๒๘ พฤษภาคม	๑๒:๐๐-๑๒:๓๐ น.	บรรยายสรุปวัตถุประสงค์ของการมาเผยแพร่ธรรมและกิจกรรมในระหว่างอยู่ในสหรัฐอเมริกา แก่อดีตผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงานชาวอเมริกัน ในงานเลี้ยงรับรอง (ถวายภัตตาหารเพล) ที่บ้าน Dr.Paul P.Blackfurn อดีตผู้อำนายการ USIS กรุงเทพฯ
	๑๖:๐๐-๑๘:๐๐ น.	สนทนา-บรรยายธรรม-สอนภาวนาธรรมแก่ชาวอเมริกันและชาวต่างชาติอื่น ๆ ในสหรัฐ ณ พุทธวิหาร (Buddhist Vihara) ของพระศรีลังกา โดยมีพระคุณเจ้าธรรมศิริ เป็นเจ้าอาวาส
	๑๙:๓๐-๒๑:๓๐ น.	สอนภาวนาธรรมแล้วบรรยายธรรมแก่ญาติโยมชาวไทยและชาวอเมริกัน ณ วัดไทยวอชิงตัน ดีซี
๒๙ พฤษภาคม	๑๒:๐๐-๑๒:๓๐ น.	สนทนาธรรมและสรุปวัตถุประสงค์ของการมาเผยแพร่ธรรมในสหรัฐ ในงานเลี้ยงรับรอง (ถวายเพล) ที่บ้าน Dr.Kenneth P.Adler อดีต Regional Research Officer กรุงมนิลา ประเทศฟิลิปปินส์
	๑๙:๓๐-๒๑:๓๐ น.	สอนภาวนาธรรม แล้วบรรยายธรรมแก่ญาติโยมชาวไทยและชาวอเมริกัน ณ วัดไทยวอชิงตัน ดีซี
๓๐ พฤษภาคม	๐๙:๓๐-๑๐:๓๐ น.	สอนภาวนาธรรมแก่ญาติโยมที่บ้าน คุณสุชาติ เมอเร่
	๑๓:๐๐-๑๕:๐๐ น.	บรรยายธรรมและสอนภาวนาธรรมแก่ชาวอเมริกัน ที่ Martin Luther King Library, Washington D.C.

	๑๕:๓๐-๑๗:๐๐ น.	บันทึกเสียงรายการสัมภาษณ์ทางวิทยุเสียงอเมริกัน (VOA) เรื่องประสบการณ์การเผยแพร่ธรรมในประเทศสหรัฐอเมริกา
	๑๙:๓๐-๒๑:๓๐ น.	สอนภาวนาแล้วบรรยายธรรมแก่ญาติโยมสาธุชนทั้งชาวไทยและชาวอเมริกัน ณ วัดไทยวอชิงตัน ดีซี
๓๑ พฤษภาคม	๐๕:๐๐ น.	(เช้า)เดินทางจากวัดไทยวอชิงตัน ดีซี กลับประเทศไทย
๑ มิถุนายน	๒๓:๓๐ น.	ถึงท่าอากาศยานดอนเมือง
๒ มิถุนายน	๐๒:๐๐ น.	(เช้า)ถึงสถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย อ.ดำเนินสะดวก จ.ราชบุรี

ครอบครัว Prof. Dr. Harry Gardiner **ผู้จัดนิมนต์และจัดรายการกิจกรรมให้ที่** Minesota **ถ่ายภาพร่วมกับคณะของเรา**

หลักการเจริญภาวนาธรรม

บรรยายที่ Carleton College

Meditation Techniques

There are two principle techniques on meditation. They are known as Samatha and Vipassana meditation.

Samatha Meditation

Samatha Meditation deals with concentration of mind in order to remove the five hindrances of wisdom. The five hindrances are the attachment to sensual desire, ill will, inactive, anxiety, and doubtfulness. Lord Buddha had taught forty methods on Samatha meditation. Any one of these methods or a combination of them may be selected to help the

หลักการเจริญภาวนาธรรม

หลักสำคัญในการเจริญภาวนาธรรมโดยมีศีลเป็นบาทฐานด้วยนั้น มี ๒ ประการ คือ

ประการแรก การเจริญภาวนาสมาธิเพื่อกำจัดกิเลสนิวรณ์เครื่องกั้นปัญญา วิธีการเจริญภาวนาในขั้นนี้ชื่อว่า "**สมถกัมมัฏฐาน**"

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนวิธีการอบรมจิตใจให้สงบระงับเพื่อให้หยุด นิ่ง แนบแน่น มั่นคงอยู่ในอารมณ์เดียวถึง ๔๐ วิธีด้วยกัน ผู้ปฏิบัติพระกัมมัฏฐานพึงเลือกใช้วิธีใดวิธีหนึ่งหรือหลายวิธีประกอบกันให้เหมาะแก่จริตอัธยาศัยที่จะยังใจของตนให้สงบระงับ หยุดนิ่งเป็นสมาธิแนบแน่นมั่นคง อันจะเป็นองค์ธรรมเครื่องกำจัดกิเลสนิวรณ์

mind to concentrate.

Vipassana Meditation

Vipassana meditation is the technique to develop the right wisdom derived from the contemplation of the physical body, feelings, mental activities and Dhamma. The contemplation of Dhamma is necessary to create awareness of the Five Hindrances, the attachment to the Five Groups of Existence or Aggregates, the Four Noble Truths, the Eight-fold Noble Paths, to mention a few. Finally, one must develop the seven enlightenment factors which are mindfulness, Dhamma analysis, efforts, joy, tranquility, concentration, and equanimity.

The right wisdom, once developed, would enable a person to understand clearly the three characteristics of compounds. All compounds are subjected to change and caused suffering for

เครื่องกั้นปัญญาทั้ง ๕ ประการ ดังต่อไปนี้ให้หมดสิ้นไปจากจิตใจได้ดี คือ ความฟุ้งซ่าน, ความง่วงเหงาซึมเซาไม่ปลอดโปร่งแห่งจิตใจ, ความลังเลสงสัยในธรรมปฏิบัติอันเป็นเหตุให้ไม่แน่วแน่ลงในพระกัมมัฏฐานได้เต็มที่, ความหงุดหงิด โกรธ พยาบาท และความยินดีพอใจยึดติดอยู่ในรูป-เสียง-กลิ่น-รส-สิ่งสัมผัสทางกาย

ประการที่สอง การเจริญภาวนาให้มีสติพิจารณาเห็นกายในกาย เห็นเวทนาในเวทนา เห็นจิตในจิต และเห็นธรรมในธรรม เป็นทั้ง ณ ภายในและภายนอก โดยเฉพาะอย่างยิ่งให้มีสติพิจารณาเห็นธรรมในธรรมนั้น ได้แก่ **นิวรณ์ ๕ อุปาทานในขันธ์ ๕**

พระอริยสัจจ์ ๔ อันมี ทุกข์สัจจ์ สมุทัยสัจจ์ นิโรธสัจจ์ และพระอริยมรรคมีองค์ ๘ คือ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปโป สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว สัมมาวายาโม สัมมาสติและสัมมาสมาธิ และประการสุดท้าย ให้มีสติพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ **โพชฌงค์** ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ ๗ ประการ ได้แก่ สติ ธรรมวิจยะ วิริยะ ปีติ ปัสสัทธิ สมาธิ และอุเบกขา

วัตถุประสงค์สำคัญในการเจริญภาวนาในขั้นนี้ ก็เพื่อ **เจริญปัญญารู้แจ้งในสามัญลักษณะของสังขารธรรมที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง** ว่าเป็น **อนิจจัง** (ไม่เที่ยง) **ทุกขัง** (ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ผู้ใดยึดมั่นถือมั่นด้วยตัณหาและทิฏฐิแล้วเป็นทุกข์) และ **อนัตตา** (ไม่ใช่ตัวตนให้ยึดถือได้ตลอดไป) และให้พัฒนาสูงขึ้นไปถึง**เจริญปัญญารู้แจ้งในพระอริยสัจจ์ทั้ง**

those who attach to them. Finally, all compounds are void of self.

The higher level of understanding is to realize about the four Noble Truths which are suffering, cause of suffering, extinction of suffering, and the path leading to the cessation of suffering. Therefore, Vipassana meditation when fully developed would be the key to a happy life, one which is far from sufferings.

Meditation-Luang Por Wat Paknam's style

One of the most effective techniques of meditation as taught by Luang Por Wat Paknam, the Most Venerable Phra Mongkhol Thepmunee (Sodh Chantassaro) is the combination of the three followings steps.

1. Imagine a transparent sphere. This is known as Aloka-kasina which is the concentration on the light vision.

๔ ดังได้กล่าวแล้วข้างต้น

กล่าวโดยย่อ การเจริญภาวนาธรรมในขั้นนี้ก็เพื่อให้เรียนรู้ทางดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง อันจะนำไปสู่ความสันติสุขในชีวิต และเพื่อระมัดระวังการดำเนินชีวิตมิให้ไปในแนวทางที่ผิดพลาด อันจะนำไปสู่ความเลวทรามและไม่มีความสงบสุขในชีวิต การเจริญภาวนาในขั้นนี้ชื่อว่า **วิปัสสนากัมมัฏฐาน**

วิธีการปฏิบัติภาวนาในขั้นสมถกัมมัฏฐานที่ได้ผลดีที่สุดวิธีหนึ่ง ก็คือวิธีการเจริญภาวนาที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ **พระมงคลเทพมุนี** (สด จนฺทสโร) ได้เคยแนะนำสั่งสอนแก่ศิษยานุศิษย์ของท่านในสมัยที่ท่านยังมีชีวิตอยู่ และแม้เมื่อพระเดชพระคุณท่านได้มรณภาพไปแล้ว เมื่อวันที่ ๓ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๐๒ ก็ได้มีการสั่งสอนถ่ายทอดสืบต่อกันมาจนถึงปัจจุบัน เป็นวิธีที่รวมวิธีปฏิบัติพระกัมมัฏฐานที่ให้ผลสูง ๓ ประการ เข้าด้วยกัน คือ

๑. **กำหนดองค์บริกรรมนิมิต** คือให้ตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจอยู่ในกลางดวงที่ใส (นึกให้เห็นจุดเล็กใสที่ศูนย์กลางดวงแก้วกลมใสนั้น เพื่อให้ใจอันประด้วย เห็น-จำ-คิด-รู้ มารวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน ณ ที่กลางดวงใสนั้น) เป็นอาโลกกสิณ คือกสิณแสงสว่างอันเป็นกสิณกลางที่ช่วยให้ผู้ปฏิบัติพระกัมมัฏฐานเจริญทิพจักษุ ทิพโสตะได้ดี

๒. **กำหนดองค์บริกรรมภาวนา** คือให้ท่องในใจว่า "สัมมา อะระหัง ๆ ๆ ๆ" ตรงกลางจุดเล็กใสนั้น เพื่อน้อมพระพุทธคุณ คือ พระปัญญาคุณและพระวิสุทธิคุณของพระพุทธเจ้า จากคำบริ-

2. Repetition of the word "Samma Arahang". This practice is refer to the recollection of the virtues of Lord Buddha in terms of right wisdom and purity.

3. For some person, mindfulness of breathing (just at the beginning of meditation) help in visualizing the sphere clearly. After that, it is no longer necessary to pay attention to one's breathing.

All these steps are to be performed at the center of the body. The center of the body is about an inch above the navel level. This is the point where the internal-external psychophysical power of the organism is centralized and where mindful contemplation is functioning perfectly.

(Excerpt from Meditation Seminar at Winona State University, May 21, 1990)

กรรมภาวนานี้มาสู่ใจตนเป็นพุทธานุสติ และเพื่อช่วยประคองใจให้หยุดนิ่งตรงกลางจุดศูนย์กลางดวงแก้วกลมใสที่นึกเห็นนั้น ได้ดียิ่งขึ้น

๓. **สำหรับผู้ที่นึกเห็นดวงแก้วกลมใสได้ยากในเบื้องต้นของการเจริญภาวนา** ถ้าจะนึกให้เห็นลมหายใจเข้าออกกระทบดวงแก้ว ณ ที่ศูนย์กลางกาย เป็นอาณาปานสติอีกโสดหนึ่ง ก็จะเป็นอุบายให้นึกเห็นดวงแก้วได้ง่ายเข้า เมื่อพอนึกเห็นได้บ้างแล้ว ก็ปล่อยความสนใจในลมหายใจเข้าออก ให้คงเหลือแต่องค์บริกรรมนิมิตและองค์บริกรรมภาวนาคู่กันจนกว่าจะเห็นดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายใสสว่างปรากฏขึ้น ก็ให้ปล่อยองค์บริกรรมนิมิตและองค์บริกรรมภาวนาทั้งหมด คงให้หยุดนิ่งกลางของกลางศูนย์กลางดวงสว่างนั้น จนถึงเห็นกายในกายและจิตในจิต ธรรมในธรรมต่อไป

การเจริญภาวนาทั้ง ๓ ประการข้างต้นนี้ ให้กระทำ ณ ที่ศูนย์กลางกายเหนือระดับสะดือ ๒ นิ้วมือ(ประมาณนิ้วฟุต) **ซึ่งเป็นที่ตั้งกำเนิดธาตุธรรมเดิม อันเป็นที่ตั้งของกาย-เวทนา-จิต-ธรรม ณ ภายในละเอียดเข้าไปจนสุดละเอียด ถึงพระนิพพาน จึงเป็นศูนย์รวมของทั้งพลังกายและพลังจิตจาก ณ ภายนอกถึง ณ ภายในที่สุดละเอียด อันบริสุทธิ์ซึ่งให้ผลแก่การเจริญภาวนาสูง**

■■■■

อานิสงส์ของการเจริญภาวนาธรรม

Benefits of Meditation

There are several benefits to be derived from meditation. Some berefits from meditation on our daily life are as followed :

First, meditation helps to purify our mind from hindrances. Hence, it enables us to analyse and solve problems correctly and in a precise manner. Meditation also enables students to comprehend and remember their lessons much more easily than the one whose mind is regularly restless.

Second, meditation helps to improve

อานิสงส์หรือคุณประโยชน์จากการภาวนาธรรมนั้นมีมาก จะกล่าวโดยย่อในส่วนของคุณประโยชน์แก่ชีวิตประจำวัน ได้แก่

ประการแรก การภาวนาสมาธิช่วยชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์จากกิเลสนิวรณ์เครื่องกั้นปัญญา (ความฟุ้งซ่าน ความที่จิตใจง่วงซึมไม่ปลอดโปร่ง ความหงุดหงิดพยาบาท ความยินดีพอใจหลงมัวเมายึดติดในรูป-เสียง-กลิ่น-รส-สิ่งสัมผัสทางกาย ความลังเลสงสัยไม่แน่วแน่ลงได้) จึงช่วยให้สามารถพิจารณาวินิจฉัยและแก้ปัญหาได้ถูกต้องและตรงประเด็นดีขึ้น การอบรมภาวนาสมาธิยังช่วยให้นักเรียนนักศึกษาสามารถเข้าใจและจดจำบทเรียนได้ดีกว่า -

one's physical and mental health by avoiding or reducing nervousness and worry, and to reduce or eliminate the emotions associated with anger, greed, over-sensuous desire and attachment, and delusion.

As increasing numbers of people practice meditation with precepts of morality as a basis, greater peace will come to all societies - from a small society like a family to a larger society like a country to the largest society of the world.

Third, meditation can help to reduce craving or defilement as oppose to anger, ill-will, over-sensuous desire and delusion which always cause misery and trouble to individuals and to societies.

Fourth, meditation enables the practitioner to be wise in the right paths leading to peaceful and happy life and to be aware of the wrong paths which can be harmful to life e.g. narcotics addiction, killing, violating human rights, properties and lives, cheating or theft, sexual immorality, lying, gambling, and other improper behaviors.

Fifth, meditation with precepts of morality as a basis leads to the highest benefit, i.e. **the path** (magga), **fruit** (bala), and **Nibbana** (the purest state of mind) through

มากกว่า ผู้ที่มีจิตใจอันฟุ้งซ่านอยู่เสมอ

ประการที่สอง การเจริญภาวนาช่วยส่งเสริมทั้งสุขภาพจิตและสุขภาพกาย ช่วยหลีกเลี่ยงหรือบรรเทาความหงุดหงิดใจ ความวิตกกังวล และช่วยกำจัดความเป็นบุคคลเจ้าอารมณ์ด้วยกิเลสอันมีโทสะ โลภะ กับทั้ง ตัณหา อุปาทาน และความหลงมัวเมาในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความลุ่มหลง

ประการที่สาม การเจริญภาวนาธรรมสามารถช่วยลดหรือบรรเทากิเลส ให้จิตใจเร่าร้อนกระวนกระวาย อันได้แก่ โลภะ โทสะ พยาบาท และโมหะ กับทั้งตัณหา คือความทะยานอยากในสิ่งอันไร้สาระหรือเกินจำเป็น อันเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์เดือดร้อนแก่ตนเองและสังคม

ประการที่สี่ การเจริญภาวนาช่วยให้ผู้ปฏิบัติเป็นผู้ฉลาดในการเลือกทางดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง อันนำไปสู่ความสันติสุขในชีวิต และการระมัดระวังมิให้ดำเนินชีวิตไปในแนวทางที่ผิดพลาด อันจะเป็นผลร้ายแก่ชีวิต เช่นติดในสิ่งเสพติดมึนเมาให้โทษ การรบราฆ่าฟัน การละเมิดสิทธิมนุษยชน ทรัพย์สินและชีวิต การฉ้อโกงปล้นสะดมห์ ความประพฤติผิดในกาม การโกหกหลอกลวง การพนัน และความประพฤติที่ไม่ดีอื่น ๆ ทั้งหลาย

ประการที่ห้า การเจริญภาวนาโดยมีศีลเป็นบาทจัดเป็นอานิสงส์รวบยอด เป็นทางมรรค ผล นิพพาน

enlightenment of the Four Noble Truths.

When merits increase through these Dhamma practices and supersede demerits, benefits from merits will serve the practitioner first. Therefore, those who always practice meditation and possess good ethical conduct will always experience joy and happiness with peace in their worldly and spiritual lives.

(Excerpt from radio interview at Winona state University, May 21, 1990)

จึงเป็นมหากุศลแก่ผู้บำเพ็ญ. เมื่อบุญกุศลเพิ่มขึ้น บาปอกุศลลดน้อยลง จนบุญนำหน้าบาป บุญกุศลย่อมให้ผลก่อนบาปอกุศล เพราะฉะนั้น ผู้เจริญภาวนารักษาศีลเป็นประจำจึงมีชีวิตที่ดีขึ้น เจริญรุ่งเรืองและสันติสุขขึ้น ทั้งในทางโลกและทางธรรมเป็นธรรมดา

สนทนาธรรมกับ ศาสตราจารย์ ดร.โรเจอร์ แจ็คสัน

ภาควิชาการศาสนา วิทยาลัยคาร์สตัน คอลเลจ

Phra Sermchai Replies to a Student's Question

Prof. Jackson : It is said that no one at the present time attains Nibbana? What do you think?

Pra Sermchai : Nibbana can be attained regardless of the time frame. Therefore, anyone who practices on the right path will be able to attain Nibbana. The number of person who attain Nibbana could be more or less. The status of Nibbana may be temporary or permanent. This is because attainment of Nibbana can be from the first or lowest level of the Noble One up to the highest level - namely, a Saint or an Arahant. The first level of the Noble One is achieved when the three bondages are broken. The three bondages are wrong view concerning common characteristics of compounds, doubt about which are the right practices leading to Nibbana, and adherence to the wrong or useless practices which is thought to be the means of release

Therefore, it is not right to state that no one at the present time attains Nibbana.

ศ.ดร.แจ็คสัน :

ได้ยินว่า ในปัจจุบันนี้ ไม่มีใครบรรลุถึงพระนิพพานหรอก พระคุณเจ้ามีความเห็นอย่างไร?

พระเสริมชัย :

ตราบใดที่มีผู้ปฏิบัติธรรมโดยสัมมาปฏิบัติ ท่านผู้ปฏิบัติธรรมนั้นย่อมบรรลุถึงพระนิพพาน มาก-น้อย ชั่วคราวหรือถาวร (ตทังควิมุตติ-สมุจเฉทวิมุตติ) ตามระดับภูมิธรรมที่ปฏิบัติได้ เพราะการบรรลุถึงซึ่งพระนิพพานนั้นมีตั้งแต่เบื้องต่ำสุดขึ้นไปจนถึงชั้นสูงสุด คือพระอรหัตผลเป็นพระอรหันต์บุคคล ผู้ใดก็ตามปฏิบัติธรรมถึงสามารถตัดสัญโญชน์กิเลสเครื่องร้อยรัดให้ติดอยู่กับโลกอย่างน้อย ๓ ประการ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลพตปรามาสได้ ผู้นั้นบรรลุมรรคผลนิพพานเป็นพระอริยบุคคลชั้นต้น ชื่อว่าพระโสดาบันบุคคล

กล่าวโดยสรุป การบรรลุถึงพระนิพพานนั้นเป็นได้ตั้งแต่ชั้นต้นจนถึงชั้นสูงสุด และเป็นได้ตั้งแต่ระดับชั่วคราว(ตทังควิมุตติ) จนถึงขั้นบรรลุอย่างถาวร(สมุจเฉทวิมุตติ) ตามระดับภูมิธรรมที่ปฏิบัติได้.

■■■■

(Excerpt from a class on Buddhism held at Carleton College, May 22, 1990)

พระโกณฑัญญเถระนิพพาน*

ท่านทั้งปวงอย่าโศกอย่าเศร้าพิลาปร่ำไรไปเลย อุป์ปัน์นา สํขารา สังขารธรรมทั้งหลายบังเกิดมาแล้ว ที่จะไม่แตกไม่ทำลายอย่าพึงสงสัย อย่าว่าแต่สรรพสัตวทั้งปวงเลย แต่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าและสาวกแห่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งหลายแล้ว ก็ยังหาพ้นความแตกความทำลายไม่ เที่ยงที่จะพึงทำลายสิ้นด้วยกันทุกรูป ทุกนาม อัป์ปมาเทน สัม์ปาเทถ ท่านทั้งหลายพึงบำเพ็ญอัปปมาทธรรม ให้บริบูรณ์ในสันดานเถิด

เอวัม์เม สุตํ เอกํ สมยํ ภควา ราชคเห วิหรติ เวฬุวเน กลัน์ทกนิวาเป ฯ อถโข อัญ์ญาโกณ์ฑัญ์โญ สุจิรัส์เสว เยน ภควา เตนุปสังกมิ อุปสังกมิต์วา ภควโต ปาเทสุ สิรสา นิปติต์วา ภควโต ปาทานิ มุเขปริจุม์พติ ปาณีหิ จ สัม์พาหติ นามัญ์จ สาเวต์วา โกณ์ฑัญ์โญหํ ภควา โกญ์ฑัญ์โญ สุคโตติ

เอกํ สมยํ ณ สมัยกาลครั้งหนึ่ง ภควา สมเด็จพระผู้ทรงสวัสดิโสภาคย์สัมมาสัมพุทธเจ้า พระพุทธองค์ทรงสำราญแรมพระอิริยาบถอยู่ณกรุงราชคฤห์มหานคร เสด็จสถิตย์ณพระเวฬุวันมหาวิหารป่าไม้ไผ่ อันเปนที่พระมหากระษัตรพระราชทานเหยื่อแก่กระแต อถโข อัญ์ญาโกณ์ฑัญ์โญ ณ กาลครั้งนั้น พระผู้เป็นเจ้าอัญญาโกณฑัญญะเถระผู้มีอายุ

* จากหนังสือ "สาวกนิพพาน" (๒๔๕๗) พิมพ์โดย หอพระสมุดวชิรญาณ การสะกดการันต์ในบทความนี้ คงไว้ตามต้นฉบับเพื่ออนุรักษ์ของเก่า

เยน ภควา สมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์ เสด็จสถิตย์ ณ ประเทศที่ใด เตนุปสังกมิ อุปสังกมิต์วา พระผู้เปนเจ้าก็เข้าไปในประเทศที่นั้น ครั้นเข้าไปถึงจึงหมอบลงแทบเบื้องบาทมูล แห่งองค์สมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์ด้วยเศียรเกล้าของอาตมา ภควโต ปาทานิ จึงเคล้าคลึงพระบาทยุคลด้วยพระภักตราแล้ว จึงกระทำวัตตะปฏิบัตินวดฟั้นขยี้ขยำไปมาด้วยพระหัตถ์ทั้ง ๒ แล้วจึงยังสมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์ ให้ทรงได้ยินนามกรของอาตมาว่า โกณ์ฑัญ์โญหํ ภควา ข้าแต่พระพุทธองค์ผู้ทรงพระภาคย์เจ้าข้า ข้าพระบาท

นี้มีนามชื่อว่าโกณฑัญ สุคต ข้าแต่สมเด็จพระสุคตสัมมาสัมพุทธเจ้า ข้าพระบาทนี้มีนามชื่อว่าโกณฑัญ ข้าพระองค์ขอถวายอภิวันท์ชุลีน้อมนมัสการพระบาทยุคลทั้งคู่ของพระองค์ ณ กาลบัดนี้พระเจ้าข้า

อถโข อายัส์มโต วังคีสัส์ส เอตทโหสิ ลำดับนั้น พระผู้เป็นเจ้าวังคีสเถระจึ่งมาปริวิตกดำริดังนี้ว่า อยํ โข อายัส์มา โกณ์ฑัญ์โญ นานนักหนาทีเดียว พระผู้เป็นเจ้าโกณ์ฑัญญเถระผู้มีอายุ จึงได้เข้ามาเฝ้าสมเด็จพระบรมครู เยน ภควา สมเด็จพระบรมครูเสด็จอยู่ ณ ที่ใด พระผู้เป็นเจ้าโกณฑัญญเถระก็เข้าไป ณ ที่นั้น ครั้นพระผู้เป็นเจ้าเข้าไปถึงแล้ว จึงถวายอภิวาทพระบาทยุคลทั้งคู่ของสมเด็จพระพุทธเจ้า แล้วผู้เปนเจ้าก็หมอบลงด้วยศิรเกล้าของอาตมา แทบพระบาทยุคลทั้งคู่แห่งพระสัพพัญญูเจ้า เบื้องว่าเมื่อพระผู้เปนเจ้าหมอบลงแล้ว ก็คลึงเคล้าพระบาทยุคลทั้งคู่ของสมเด็จพระบรมครู ด้วยดวงพระภักตร์ของพระผู้เปนเจ้า แล้วพระผู้เปนเจ้าจึงยังสมเด็จพระศาสดาให้ทรงสดับนามกรของพระผู้เปนเจ้าด้วยถ้อยคำว่า โกณ์ฑัญ์โญหํ ภควา ข้าแต่พระองค์ผู้ทรงพระภาคย์เปนอันงาม ข้าพระองค์นี้มีนามชื่อว่าโกณฑัญ สุคต ข้าแต่พระสุคตสัมมาสัมพุทธเจ้า ข้าพระองค์ชื่อว่าโกณฑัญ ขอถวายนมัสการพระบาทยุคลของพระองค์ ณ กาลบัดนี้

ยัน์นูนาหํ ผิฉนั้น จำอาตมาจะพึงสรรเสริญพระผู้เปนเจ้าโกณฑัญญเถระผู้มีอายุ ด้วยพระคาถาทั้งหลายโดยสรุปนิทัศนนัย กล่าวรวบรวมคราวเดียวเฉภาะพระภักตร์ปริมณฑล แห่งสมเด็จพระทศพล

ญาณเจ้าเถิด

อถโข อายัส์มา วังคีสัต์เถโร ลำดับนั้นพระผู้เปนเจ้าวังคีสเถระจึงอุฏฐาการจากอาศน์ กระทำผ้าอุตตราสงค์เหนืออังสะประเทศเฉียงบ่าข้างหนึ่งแล้ว เยน ภควา สมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์เสด็จสถิตย์ณทิศาภาคใด พระผู้เปนเจ้าก็น้อมพระหัตถ์นมัสการ ณ ทิศาภาคนั้น แล้วจึ่งกราบทูลแก่สมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์เจ้าว่า ปฏิภาติ มํ ภควา ข้าแต่พระองค์ผู้ทรงพระภาคย์เปนอันงาม พระผู้ทรงพระภาคย์จงได้ทรงพระกรุณาตรัสแด่ข้าพระบาทในกาลบัดนี้ สุคต ข้าแต่พระสุคตเจ้า ๆ จงได้ทรงตรัสแด่ข้าพระบาท ณ กาลบัดนี้

ภควา อโวจ สมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์เจ้าจึ่งมีพระพุทธฎีกาตรัสว่า วังคีส ดูกรวังคีสภิกขุ ท่านจะกล่าวว่ากะไรก็จงกล่าวไปเถิด

อถโข อายัส์มา วังคีโส ลำดับนั้นพระผู้เปนเจ้าวังคีสเถระจึ่งสรรเสริญพระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระ ผู้มีอายุด้วยพระคาถาทั้งหลาย กล่าวโดยสรุปนิทัศนนัย รวบรวมเนื้อความเฉภาะพระภักตร์ปริมณฑลแห่งสมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์ว่า พุท์ธานุพุท์โธ หิ เถโร เปนอาทิ เนื้อความว่า ภัน์เต ภควา ข้าแต่พระองค์ผู้ทรงสวัสดิภาคย์ แท้จริงพระอัญญาโกณฑัญญเถระเจ้านี้จะได้มีความปรารถนาในลาภและสักการหามิได้ มีปรกติยินดีในเสนาสนะอันสงัด เพื่อจะอยู่เปนสุขสำราญ ธรรมอันใดอันพระอริยสาวกผู้กระทำตามสัตถุสาสโนวาทแห่งสมเด็จพระศาสดาพึงถึงนั้น ธรรมอันนั้นพระผู้เปนเจ้าโกณฑัญญเถระได้สำเร็จแล้วด้วยประการทั้งปวง เจโต ปริญ์ญาย โกวิโท พระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระผู้มีอายุ อันประกอบไปด้วยไตรวิชชาและมหานุภาพ ผู้ฉลาดด้วยเจโตปริญญา และเปนผู้รับทรัพย์มรดกแห่งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ถวายนมัสการซึ่งพระบาทยุคลของสมเด็จพระศาสดาจารย์เจ้าด้วยเศียรเกล้าของอาตมา โกณ์ฑัญ์ญสุต์ตํ นาม และโกณฑัญญสูตรนี้มีในวังคีสเถระสังยุตที่คำรบ ๘ แห่งสคาถาวรรคในสังยุตตนิกายนั้น พระสังคีติกาจารย์เจ้าหากสังคายนาไว้ในวังคีสสังยุตที่คำรบ ๙ นั้นว่า พระโกณฑัญญเถระนั้นมีนามอันผู้เปนเจ้าถือเอาแล้ว ชื่อว่าโกณฑัญญเถระดังนั้น เพราะพระผู้เปนเจ้าได้ตรัสรู้ธรรมาภิสมัยมรรคและผลก่อนกว่าสาวกทั้งปวง

สุจิรัส์สํ มีคำบุจฉาว่า พระอัญญาโกณฑัญญเถระนั้น มิได้มาเฝ้าสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเลยสิ้นกาลช้านานนั้น จะว่าช้านานประมาณสักเพียงไรเล่า คำบริหารเฉลยว่า จิรัส์สํ ท์วาทสัน์นํ สํวัจ์ฉรานํ พระอัญญาโกณฑัญญเถระนั้น มิได้มาเฝ้าสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าช้านานประมาณถึง ๑๒ ปี ก็พระผู้เปนเจ้าไปอยู่ ณ ที่ดังฤาเล่า จึงมิได้มาเฝ้าพระผู้ทรงพระภาคย์เจ้า สิ้นกาลประมาณเท่านี้ ฉัท์ทัน์ตภวเน บริหารว่าพระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระนี้ท่านไปจำพระวรรษาอาไศรยอยู่แทบฝั่งสระโบกขรณีอันชื่อว่ามนทากินีมีอยู่ ณ ป่าหิมพานต์ ใกล้กันกับที่อยู่แห่งช้างฉัททันต์ทั้งหลาย และประเทศที่อันนั้นเปนที่อยู่แห่งพระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งปวง แต่กาลก่อนนั้นเหตุไรพระผู้เปนเจ้าจึ่งไปอาศรัยในประเทศที่นั้น วิหารครุตาย วิสัชนาว่า พระผู้เปนเจ้า ไปอาศรัยอยู่ในที่นั้น เหตุมีความเคารพในการที่อยู่นั้น

...เทพยดาและมนุษย์ทั้งหลายย่อมพากันมาเกลื่อนกล่น มาสู่สำนักสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วกระทำสักการบูชาด้วยมาลาและของหอมเปนต้นแล้วฉันใด มักพากันไปสู่สำนักแห่งพระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญนั้น ด้วยมาดำริเห็นว่า มหาสาวโก พระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระนี้เปนพระมหาสาวกใหญ่ เหตุได้ตรัสรู้ธรรมาภิสมัยมรรคผลก่อนกว่าสาวกทั้งปวง แล้วก็กระทำสักการบูชาแก่พระผู้เปนเจ้านั้น

โส หิ ปัญ์ญวา มหาสาวโก มีคำรับเข้ามาว่าจริงอยู่ พระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญนั้นเปนมหาสาวกใหญ่ แท้จริงพระเดชพระคุณของสมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์เจ้านั้น หากปกแผ่ไปในระหว่างแห่งเทพยดาและมนุษย์ทั้งหลายในหมื่นจักวาฬนั้น เทพยดาและมนุษย์ทั้งหลายย่อมพากันมาเกลื่อนกล่น มาสู่สำนักสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว กระทำสักการบูชาด้วยมาลาและของหอมเปนต้นแล้วฉันใด มักพากันไปสู่สำนักแห่งพระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญนั้นด้วยมาดำริเห็นว่า มหาสาวโก พระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระนี้เปนพระมหาสาวกใหญ่ เหตุได้ตรัสรู้ธรรมาภิสมัยมรรคผลก่อนกว่าสาวกทั้งปวง แล้วก็กระทำสักการบูชาแก่พระผู้เปนเจ้านั้น พระมหาเถระเจ้าก็จำจะต้องกล่าวธรรมกถาและการปฏิสันถารปราไสยแก่เทพามนุษย์ทั้งหลาย บรรดาที่พากันมากระทำสักการบูชานั้น พระผู้เปนเจ้าสิเปนคนเคารพพะวักพะวนหนักหน่วงอยู่ในวิหารการที่อยู่โดยธรรมดา เหตุดังนั้น กาลเนิ่นช้านั้นปรากฏแก่พระผู้เปนเจ้าประหนึ่งว่าช้ายิ่งนัก เพราะความที่หน่วงหนักของพระผู้เปนเจ้าก็มีในการที่อยู่นั้น จึ่งได้อยู่ช้านานในที่อยู่ของพระผู้เปนเจ้าด้วยประการฉนี้

อปรํปิ การณํ อนึ่งเหตุอย่างอื่นยังมีอยู่อีก ในเวลาภิกขาจารนั้น แต่บรรดาสาวกทั้งปวงย่อมคมนาการไปด้วยลำดับพระวรรษาอายุ อนึ่งถึงเวลาแสดงพระธรรมเทศนา เบื้องว่าสมเด็จพระศาสดาจารย์เจ้าเสด็จสถิตย์เหนือพุทธาอาศน์อันตั้งอยู่ณท่ามกลางแล้ว พระมหาสาริบุตตะเถระอรรคสาวกเอกนั้น ย่อมนิสัชนาการนั่งข้างเบื้องขวา องค์พระมหาโมคคัลลาน์ทุติยสาวกที่ ๒ นั้น ย่อมสถิตย์นั่งข้างเบื้องซ้าย อัญ์ญาโกณ์ฑัญ์ญัส์ส อาสนํ แต่อาศนะที่นั่งของพระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญมหาเถระ ภิกขุทั้งหลายย่อมตกแต่งไว้ในเบื้องปฤษฎางค์แห่งพระอรรคสาวกอันเลิศทั้ง ๒ พระองค์นั้น ตํ ปริวาเรต์วา ฝ่ายภิกขุทั้งหลายอันเศษนั้น ก็พากันมาแวดล้อมพระอัญญาโกณฑัญญเถระอยู่

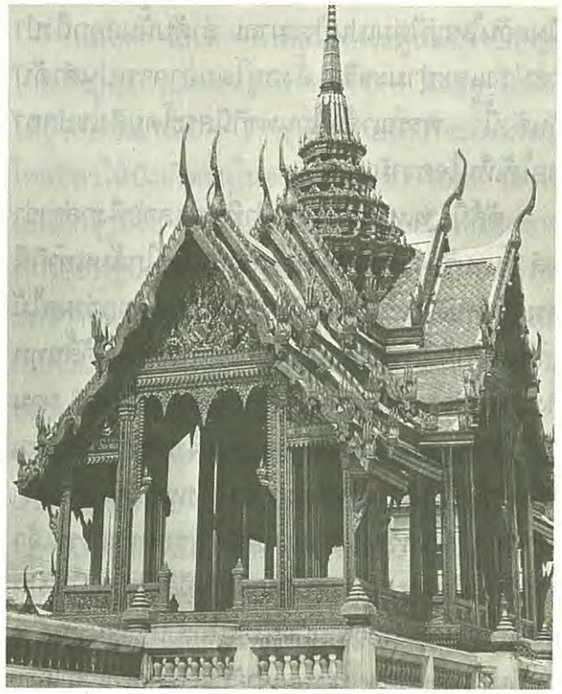
เท์ว อัค์คสาวกา ฝ่ายว่าพระอรรคสาวกทั้ง ๒ พระองค์นั้น ก็มากระทำความสำคัญซึ่งพระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระนั้น ให้เปนปานประหนึ่งว่าท้าวมหาพรหม มิฉนั้นดุจหนึ่งว่ากองเพลิง มิฉนั้นดุจหนึ่งว่าอศรพิษ เพราะเหตุว่าพระผู้เปนเจ้าอัญญา

เท็ว อัค์คสาวกา ฝ่ายว่าพระอรรคสาวกทั้ง ๒ พระองค์นั้น ก็มากระทำความสำคัญซึ่งพระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระนั้น ให้เปนปานประหนึ่งว่าท้าวมหาพรหม มิฉนั้นดุจหนึ่งว่ากองเพลิง มิฉนั้นดุจหนึ่งว่าอสรพิษ เพราะเหตุว่าพระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญมหาเถระนั้น ท่านได้ตรัสรู้มรรคธรรมก่อนนั้นประการ ๑ เพราะเหตุท่านมีพระวัสสาอายุเปนผู้ใหญ่กว่านั้นประการ ๑

โกณฑัญญมหาเถระนั้น ท่านได้ตรัสรู้มรรคธรรมก่อนนั้นประการ ๑ เพราะเหตุท่านมีพระวัสสาอายุเปนผู้ใหญ่กว่านั้นประการ ๑ เหตุฉนั้น พระอรรคสาวกทั้ง ๒ นั้นเมื่อนั่งอยู่ใกล้พระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระแล้ว ก็ย่อมมีความสดุ้งหวาดเสียวสยดสยองระอาใจยิ่งนัก เถโร พระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญมหาเถระนั้นจึงมาปริวิตกดำริว่า อิเมหิ ธุราสนัต์ถาย แท้จริงพระอรรคสาวกทั้ง ๒ นี้ ได้บำเพ็ญสาวกบารมีมาสิ้นอสงไขยกำไรแสนมหากัป ก็เพื่อความปราถนาจะใคร่ได้อาศนะอันเปนที่ใกล้ อิทานิ ก็ครั้นมากาลบัดนี้ได้นั่งในอาศนะอันเปนที่ใกล้แล้วสิ มามีความสดุ้งหวาดเสียวระอิดระอาใจไปอีกเล่า มิฉนั้นจำอาตมาจะกระทำที่อยู่สำราญนั้น ให้มีแด่พระอรรคสาวกทั้ง ๒ เถิด ครั้นดำริแล้วเมื่อถึงกาลอันสมควรแล้ว พระผู้เปนเจ้าจึงเข้าไปเฝ้าสมเด็จพระผู้มีพระภาคย์ กราบทูลขอโอกาศว่า อิจ์ฉามหํ ภันเต ข้าแต่พระองค์ผู้ทรงพระภาคย์ผู้เจริญ ข้าพระบาทมีความปราถนาเพื่อจะอยู่ในชนบทควรแก่อัชฌาสัย ณ กาลบัดนี้

สัต์ถา สมเด็จพระมหากรุณาเจ้า จึงทรงพระกรุณาอนุญาตยอมตาม เสนาสนํ นิสาเมต์วา พระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระ เบื้องว่าสมเด็จพระศาสดาทรงพระอนุญาตยินยอมแล้ว จึงลำดับเสนาสนะถือซึ่งบาตรแลจีวรแล้ว ก็ไปสู่มนทากินีสระอันเปนที่อยู่แห่งหมู่ช้างฉัททันต์ทั้งหลายในป่าพระหิมพานต์ อัฏ์ฐสหัส์สา หัต์ถินาคา ฝ่ายหมู่คชสารทั้งหลาย

เปนอันมากประมาณ ๘ พันนั้น เคยได้กระทำการบำเรอแก่พระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลายมาแต่ ณ กาลก่อน ครั้นได้ทัศนาการเห็นพระมหาเถรเจ้าแล้วก็มาดำริว่า ปุญ์ญัก์เขต์ตํ อาคตํ บุญเขตรเนื้อนาบุญเราทั้งหลายมาถึงแล้ว ครั้นแล้วช้างทั้งหลายก็ปราบภูมิภาคปฐพีให้เป็นที่จงกรมด้วยเท้าและเล็บ แล้วก็นำกิ่งไม้มากระทำเปนรั้วกั้น แล้วกระทำให้เปนรั้วกั้นเบื้องบนชำระปัดกวาดซึ่งที่อันเปนที่อยู่แห่งพระมหาเถระแล้วก็กระทำวัตตะปฏิบัติ สัพ์เพ สัน์นิปติต์วา ครั้นแล้วคชสารทั้งปวงก็มาประชุมปฤกษากันว่า เราทั้งหลายพึงกระทำวัตตะปฏิบัติแก่พระมหาเถระเจ้า อย่าได้ประมาทละเมินเพิกเฉยเสียเลย พระมหาเถระท่านมาอยู่ในประเทศที่นี้ เปรียบประดุจดังว่ามาสู่บ้านแห่งญาติเปนอันมาก พระผู้เปนเจ้าจะไปโดยมรคาอันใด เราทั้งหลายจงช่วยกันชำระปัดแผ้วไปโดยมรคานั้น เราทั้งหลายจะเปนเวนผลัดเปลี่ยนกันปฏิบัติเถิด อนึ่งครั้นเวลาวารถึงแก่ช้างตัวหนึ่งแล้ว ช้างทั้งหลายอันเศษนั้นก็อย่าพากันประมาทละเมิดเมินเลย ครั้นปฤกษากันแล้วก็ตั้งไว้ซึ่งเวนผลัดเปลี่ยนกันปฏิบัติ วาริกนาโคคชสารตัวที่ถึงเวนนั้น ครั้นเพลาเช้าแล้วก็ตั้งไว้ซึ่งไม้สีฟันและน้ำบ้วนปาก กระทำวัตตะปฏิบัติแก่พระมหาเถระเจ้านั้น มัน์ทากินีโปก์ขรณี นาม แท้จริงสระอันชื่อว่ามนทากินีโบกขรณีนั้นกว้างและยาวใหญ่ได้ ๕๐ โยชน์ ในที่ประมาณ ๒๕ โยชน์แห่งมนทากินีโบกขรณีนั้นมีน้ำใสสอาดมีสีดุจแก้วผลึก ปราศจากเสวาลชาติสาหร่ายและสายติ่งทั้งปวง ตโต ปรํ ปน เบื้องน่าแต่นั้นไปก็เปนป่าปทุมชาติกอบัวขาว เต็มไปในที่กว้างแผ่ออกไปไกลได้กึ่งโยชน์ มีน้ำลึกประมาณเพียงเอว



แวดล้อมซึ่งสระอันกว้างใหญ่ได้ ๕๐ โยชน์ ตทนัน์ตรํ ลำดับนั้นออกไปก็เปนป่าประทุมชาติบัวแดง ลำดับนั้นออกไปก็เปนป่ากมุทขาว ลำดับนั้นออกไปเปนป่าอุบลเขียว ลำดับนั้นออกไปก็เปนป่าอุบลแดง สุคัน์ธรสสาลิวนํ ลำดับนั้นออกไปก็เปนป่าเข้าสาลีมีสีอันแดงมีรสอันหอม ลำดับนั้นออกไปก็เปนป่าผลเครือวัลลีชาติ มีฟักเขียว ฟักทองและน้ำเต้าเปนอาทิ ตทนัน์ตรํ ลำดับนั้นออกไปก็เปนป่าอ้อย กว้างออกไปได้กึ่งโยชน์และอ้อยทั้งหลายนั้นแต่ละลำ ๆ ใหญ่มีต้นหมากเปนประมาณ ตทนัน์ตรํ ลำดับนั้นออกไปก็เปนป่ากล้วยและผลแห่งกล้วยนั้นครั้นเมื่อสุกแล้วและบุคคลจะบริโภคสักสองผลแล้วนี้ เปนความที่จะบริโภคให้หมดหามิได้ ตทนัน์ตรํ ลำดับนั้นออกไปก็ถึงป่าขนุนหนัง

มีผลอันใหญ่มีตุ่มเปนประมาณ ลำดับนั้นออกถึงป่ามะม่วงและป่ามะขวิด ตั้งอยู่โดยอาการเปนลำดับกันดังนี้ พรรณาด้วยมนทากินีสระโดยสังเขปกถาภอให้เห็นใจความเท่านี้

ตัส์มึ ทเห และถ้อยคำที่บุคคลจะพึงกล่าวว่า ผลํ นามชื่อว่าผลไม้ที่จะพึงบริโภคได้ใกล้มนทากินีสระนั้นหามิได้เช่นนี้ ไม่มีใครกล่าวเลย ตกว่าผลไม้ใกล้มนทากินีสระนั้น เปนผลไม้รับประทานได้สิ้นทุกสิ่งทุกพรรณ ยังธรรมชาติสิ่งหนึ่งซึ่งจะบังเกิด นามชื่อว่าโปกขเรมธุ ๆ นั้นได้แก่แมลงผึ้งหวี่ก็บังเกิดมี ณ ที่นั้น ตํ เถรัส์ส อาหริต์วา ช้างทั้งหลายนั้นย่อมนำเอาแมลงผึ้งหวี่นั้นมาถวายแก่พระมหาเถระเจ้า แล้วก็ไปนำเอาผลกระจับใหญ่ มีสีสะกระบือเปนประมาณ และเง่าบัวรากบัวมึงอนไถเปนประมาณ ช้างนั้นนำมาถวายแก่พระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระ แล้วก็ย่อมไปนำเอาเมล็ดบัวมาใส่ลงในหลุมในกระพังศิลา แล้วก็นำเอาน้ำผึ้งและขันทศกรมาประกอบถวาย อนึ่งช้างทั้งหลายเอาผลเมล็ดบัวกับน้ำผึ้งและขันทศกรนั้นประกอบเข้าด้วยกันแล้ว ก็วางลงเหนือหลังแผ่นศิลาแล้วจึงเอาแผ่นศิลาอื่นมาวางลงเบื้องบน แล้วก็ขึ้นย่ำเหยียบด้วยเท้า รสแห่งเมล็ดบัวนั้นก็ไหลออกจากแผ่นศิลา เต็มไปในบ่อในหลุมแห่งกระพังศิลา ก็สุกแห้งด้วยแสงพระอาทิตย์ แล้วช้างทั้งหลายก็นำมาถวายพระผู้เปนเจ้า และถ้อยคำที่จะพึงกล่าวในขนุนหนังและผลมะม่วงเปนอาทินั้น อย่าพึงกล่าวเลยว่าช้างทั้งหลายจะไม่พึงนำมาถวายนั้น ตกว่านำมาถวายทุกสิ่งทุกประการ เกลาสปัพ์พเต นาคทัต์โต นาม ณ กาลนั้นเทพบุตรพระองค์หนึ่ง ซึ่งปรากฏนามชื่อว่านาคทัตรนั้นมีปรกติอยู่ ณ เขาไกรลาสบรรพต พระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระนั้นครั้นถึงเพลาภิกขาจารแล้วผู้เปนเจ้าก็ไปสู่ประตูพิมานแห่งนาคทัตรเทพบุตรนั้นทุกวัน ๆ แล้วนาคทัตรเทพบุตรนั้นยังบาตรพระมหาเถระเจ้าให้เต็มด้วยเข้าปายาศอันปราศจากน้ำอันกอบด้วยจุณแห่งผึ้งใหญ่ แล้วก็ถวายแก่พระผู้เปนเจ้า ตกว่าถวายเข้าปายาศอย่างนี้ทุกวัน ๆ

กิร ดังได้สดับมา พระมหาเถรเจ้านั้นในศาสนาแห่งพระพุทธกัสสปทศพลนั้น ผู้เปนเจ้าได้ถวายขีรสลากภัตตะทานอันเจือด้วยนมสดสิ้นกาลประมาณ ๘ หมื่นปี ด้วยผลอันนั้นอำนวยผล โภชนาหารอันนั้นจึงได้บังเกิดมีแก่พระผู้เปนเจ้าด้วยประการฉนี้

เอวํ เถโร ท์วาทสวัส์สานิ วสิต์วา อัต์ตโน อายุสํขารํ โอโลเกน์โต ปริก์ขีณภาวํ ญัต์วา ตัต์ถ ปรินิพ์พายิส์สามิ อากาเสน ภควโต สัน์ติกํ อัค์คมาสิ

เอวํ เถโร พระโกณฑัญญเถระเจ้านั้น เบื้องว่าพระผู้เปนเจ้าไปอาศรัยอยู่ในริมฝั่งสระมนทากินีโบกขรณีสิ้น ๑๒ พระวัสสา ด้วยประการดังสำแดงมาแต่หนหลังนั้น จึงมาพิจารณาดูอายุสังขารของอาตมาก็ทราบว่าอายุจะสิ้นแล้ว พระผู้เปนเจ้าจึงดำริว่า อาตมาจะปรินิพพานในสถานที่นี้ ดำริแล้วผู้เปนเจ้าจึงไปสู่สำนักพระบรมศาสดาโดยทางนภากาศเวหา

เตน วุต์ตํ เพราะเหตุการณ์ดังนั้น พระวังคีสเถระเจ้าจึงได้กล่าวว่า สุจิรัส์เสว เยน ภควา ดังนี้ พระอัญญาโกณฑัญญเถระนั้น เบื้องว่าไปถึงสำนักสมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์แล้ว ยังสมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์ให้ทรงได้ยินพระนามของอาตมา ดุจวิสัชนามาแล้วแต่หลังนั้น แท้จริงพระภิกขุสงฆ์ทั้ง

หลายที่บวชใหม่มิได้รู้จักนามนั้น บางองค์ก็รู้จักพระมหาเถระเจ้า บางองค์ก็หารู้จักพระมหาเถระเจ้าไม่

พระมหาเถรเจ้านั้นในศาสนาแห่งพระพุทธกัสสปทศพลนั้น ผู้เปน เจ้าได้ถวายขีรสลากภัตตะทานอันเจือด้วยนมสดสิ้นกาลประมาณ ๘ หมื่นปี ด้วยผลอันนั้นอำนวยผลโภชนาหารอันนั้นจึงได้บังเกิดมีแก่พระผู้เปนเจ้าด้วยประการฉนี้

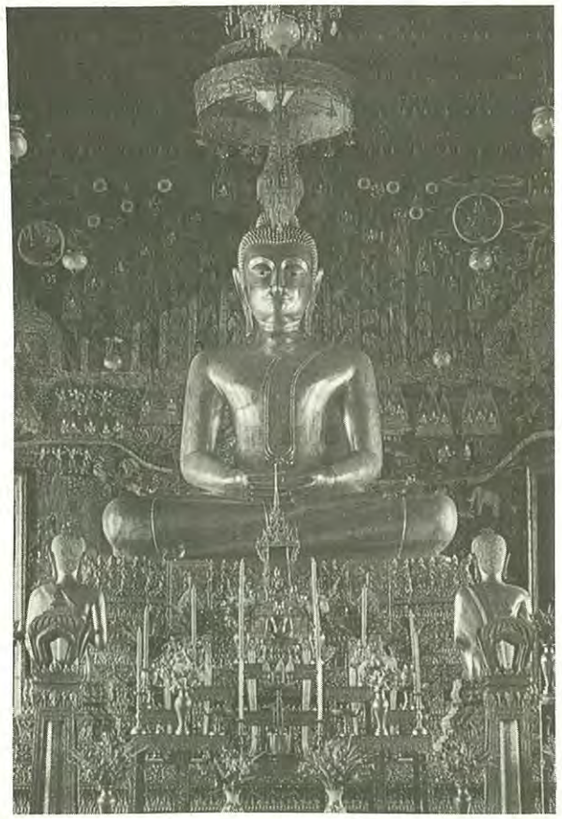
อถโข เถโร ลำดับนั้นพระผู้เปนเจ้าอัญญาโกณฑัญญเถระจึงมาปริวิตกดำริว่า ภิกขุรูปใดที่มิได้รู้จักอาตมานั้น ภิกขุทั้งหลายนั้นก็จะยังมโนปโทสจิตรให้บังเกิดขึ้นในอาตมาว่า โก เอโส นั่นจะเปนภิกขุรูปใด มีกายอันตกกระมีสีสะอันหงอกขาว มีกายอันซูบลงและมีหลังอันคดค้อมดุจกลอนเรือนแก่ชราทุพลภาพคร่ำคร่ามาเฝ้าพร่ำสนทนาปราไสยกับด้วยสมเด็จพระบรมครูอยู่ฉนี้ ตกว่าภิกขุทั้งหลายใด ยังมโนปโทสจิตรให้บังเกิดขึ้นในอาตมาฉนี้แล้ว ภิกขุทั้งหลายนั้นก็ย่อมจะยังอบายภูมิให้เต็มบริบูรณ์ เย ปน มํ ชานัน์ตา ก็แหละภิกขุทั้งหลายเหล่าใด เมื่อรู้จักอาตมาได้แล้ว ก็จะยังปสาทจิตรความเลื่อมไสให้บังเกิดในอาตมาว่า ดังเรามาสรรเสริญ พระอัญญาโกณฑัญญเถระนี้เปนพระมหาสาวกใหญ่ของสมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์ เปนพระมหาเถระออกน่าปรากฏในหมื่นจักรวาฬดุจองค์สมเด็จพระบรมศาสดาจารย์เจ้าฉนี้ เบื้องว่ายังปสาทจิตรความเลื่อมไสให้บังเกิดในอาตมาฉนี้แล้ว ภิกขุทั้งหลายเหล่านั้นก็จะมีสวรรค์เปนที่ไปในเบื้องน่า จำอาตมาจะปิดหนทางอบายภูมิเสียแล้วจะเปิดหนทางสวรรค์ให้แก่สัตวทั้งหลายเถิด ดำริแล้วพระผู้เปนเจ้าจึงยังสมเด็จพระศาสดาให้ได้สดับพระนามของพระผู้เปนเจ้าว่า โกณ์ฑัญ์โญหํ ภควา ข้าแต่พระผู้ทรงพระภาคย์เปนอันงาม ข้าพระบาทนี้มีนามชื่อว่าโกณฑัญดังนี้ ฝ่ายบรรพสัชทั้งหลายก็พากันมามั่วสุมสันนิบาตอยู่ ณ ฐานที่นั้น เถโร พระผู้เปนเจ้าโกณฑัญญเถระนั้น ครั้นทราบว่าบรรพสัชทั้งหลายประชุมกันพร้อมเพรียงแล้ว จึงกล่าวประพฤติ

ปราไสยปฏิสันถารกับด้วยสมเด็จพระศาสดา แล้วก็กราบทูลถวายนมัสการว่า ภันเต ภควา ข้าแต่พระพุทธองค์ผู้ทรงพระภาคย์เจ้า อายุสังขารของข้าพระบาทนี้สิ้นแล้ว ขอพระองค์จงทรงพระกรุณาอนุญาตกาลอันจะปรินิพานแก่ข้าพระองค์ ณ กาลบัดนี้ ภควา สมเด็จพระผู้ทรงพระภาคย์เจ้าจึงมีพระพุทธฎีกาตรัสว่า โกณฑัญญ ดูกรโกณฑัญญภิกขุ ท่านจะปรินิพาน ณ ที่ดังฤา

ภันเต ข้าแต่พระผู้มีพระภาคย์เจ้า การอันช้างทั้งหลายผู้เปนอุปฐากของข้าพระบาทได้กระทำแก่ข้าพระบาทนั้น เปนการยากที่บุคคลจะกระทำได้ เหตุดังนั้น ข้าพระบาทจะกลับไปปรินิพพานในสำนักแห่งช้างทั้งปวง สัตถา อนุชานิ สมเด็จพระศาสดาจึงทรงพระอนุญาตว่า กาลํ มัญ์ญถ ดูกรโกณฑัญญ ภิกขุผิฉนั้นท่านจงดูแต่กาลอันควรเถิด ปทักขิณํ กัตวา พระมหาเถระเจ้าจึงกระทำประทักษิณสมเด็จพระทศพลเจ้าแล้วก็กราบทูลว่า ปฐมํ ทัส์สนํ ข้าพระองค์ได้ทัศนาการเห็นพระองค์เปนปฐมทีแรกเท่านั้นแล้ว และพึงมาได้ทัศนาการเห็นพระองค์ ณ ครั้งนี้ อิทํ ปัจฉิมทัส์สนํ กิริยาที่ข้าพระบาทได้เห็นพระองค์ ณ ครั้งนี้เปนปัจฉิมทัศนะครั้งเดียวนี้แล้วพระพุทธเจ้าข้า กราบทูลฉนี้แล้ว ในกาลเมื่อมหาชนทั้งหลายพากันปริเทวนาการพิลาปร่ำไรด้วยความกรุณา สัต์ถารํ วัน์ทิต์วา พระมหาเถระเจ้าจึงถวายนมัสการลาสมเด็จพระศาสดาจารย์เจ้าแล้วออกมาประดิษฐานอยู่ ณ ซุ้มพระทวร ให้โอวาทความสั่งสอนแก่มหาชนทั้งปวงว่า มา โสจิต์ถ มา ปริเทวิต์ถ ท่านทั้งปวงอย่าโศกอย่าเศร้าพิลาปรำไรไปเลย อุป์ปัน์นา สํขารา สังขารธรรมทั้งหลายบังเกิดมาแล้วที่จะไม่แตกไม่ทำลายอย่าพึงสงสัย อย่าว่าแต่สรรพสัตวทั้งปวงเลย แต่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าและสาวกแห่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งหลายแล้ว ก็ยังหาพ้นความแตกความทำลายไม่ เที่ยงที่จะพึงทำลายสิ้นด้วยกันทุกรูปทุกนาม อัป์ปมาเทน สัม์ปาเทถ ท่านทั้งหลายพึงบำเพ็ญอัปปมาทธรรม ให้บริบูรณ์ในสันดานเถิด ให้โอวาทความสั่งสอนฉนี้แล้ว เมื่อมหาชนชวนกันแลดูอยู่ พระผู้เปนเจ้าก็เหาะไปโดยเวหาสประเทศ ลงแทบฝั่งมนทากินีโบกขรณี พระผู้เปนเจ้าลงสรงอุทกในสระโบกขรณีแล้ว ก็นุ่งสบงทรงจีวรกระทำผ้าอุตตราสงค์เหนืออังสะประเทศ ลำดับเสนาสนะแล้วก็ยับยั้งอยู่ในผลสมาบัติ ครั้นถึงเพลาปัจฉิมยามจวนจะใกล้อรุณรุ่งสว่าง พระผู้เปนเจ้าก็ดับขันธ์ผันพระภักตร์เข้าสู่พระอมตมหานครนิพพาน ดับกรรมชรูปและวิบากขันธ์สิ้นเชิงหาเศษมิได้ เปนอนุปาทิเสสปรินิพพาน ณ กาลครั้งนั้น เถรัส์ส สห ปรินิพ์พานาย แผ่นปฐพีภิภพมณฑลอันใหญ่ก็กัมปนาทป่วนปั่นหวั่นไหวอยู่ไปมา

สัพ์พรุก์ขา บรรดาต้นพฤกษาทุมาไม้ทั้งหลายทั้งปวงอันอยู่ ณ ที่ใกล้ประเทศนั้นก็เอนอ่อนระทวยอยู่ไปมา พร้อมกันกับกาลที่เข้าสู่พระปรินิพพานแห่งพระมหาเถรเจ้านั้น

วาริกนาโค ฝ่ายว่าคชสารตัวที่ถึงเวนวารนั้น เมื่อมิได้แจ้งว่าพระมหาเถรเจ้าเข้าสู่ปรินิพพาน ครั้นเพลาเช้าแล้วก็ตั้งไว้ซึ่งไม้สีฟันและน้ำบ้วนปาก กระทำวัตตะปฏิบัติ ปัดกวาดแล้วก็ไปนำเอาซึ่งผลาผลไม้มาตั้งไว้แห่งที่จงกรม คชสารตัวนั้นครั้นมิได้เห็นพระมหาเถระเจ้าออกจากวสนฐานที่อยู่ตราบเท่าอรุณรุ่งสว่าง จึงมารำพึงว่า กินํนุโข เหตุนี้เปนประการใดหนอ แต่ก่อนพระผู้เปนเจ้าของเราเคยลุกขึ้นเที่ยวจงกรมแล้วบ้วนปากแต่เพลาเช้า วันนี้เปนไฉนพระผู้เปนเจ้าของเราจึงมิได้ออกจากบรรณศาลา กุฎิท์วารํ กัม์เปต์วา ดำริแล้วก็ยังประตูบรรณศาลาให้กัมปนาการหวั่นไหว แล้วจึงเผยทวารบรรณศาลาเข้าไปเล็งแลดู เห็นพระมหาเถระนิสีทนาการนั่งอยู่ฉนั้น จึงเหยียดยื่นงวงเข้าไปปรามาศลูบคลำแล้วก็แสวงหาลมอัสสาสปัสสาส ครั้นรู้ว่าหาลมอัสสาสะปัสสาสะหายใจเข้าออกมิได้แล้ว จึงมากระทำสันนิฐานว่า พระมหาเถระเจ้าปรินิพพาน



เสียแล้ว จึงยกงวงใส่เข้าในปากของอาตมา แล้วก็ร้องก้องโกญจนาทด้วยสัททะสำเนียงเสียงเปนอันดังสกลหิมวันโต ป่าหิมวันตประเทศทั้งปวงนั้นก็บันลือลั่นก้องโกลาหลด้วยสัททะสำเนียงแห่งช้างและเสียงนาค และเสียงเทพยดาทั้งหลาย อันพากันร้องไห้รักพระมหาเถระเจ้า ควรจะกรุณายิ่งนัก อัฏฐนาคสหัส์สานิ บรรดาฝูงคชสารทั้งหลาย ๘ พันนั้น ก็มามั่วสุมสันนิบาตประชุมกันแล้ว จึงยังศพพระมหาเถระให้นั่งเหนือกระพองแห่งคชสารซึ่งเปนนายฝูงนั้นแล้ว ต่างตัวต่างก็ถือซึ่งกิ่งรุกขชาติอันมีดอกอันงาม แล้วก็พากันแห่ห้อมแวดล้อมเปนบริวาร แล้วก็พากันสัญจรไปมาทั้งป่าพระหิมวันตประเทศทั้งปวง แล้วก็พาสรีระศพแห่งพระมหาเถระเจ้าไปสู่ที่อยู่ของตน

สัก์โก ส่วนสมเด็จอมรินทราธิราชเจ้า จึงมีเทวโองการดำรัสเรียกพระวิสสุกรรมเทวบุตรมาดำรัสสั่งว่า ตาต ดูกรพ่อ บัดนี้พี่ชายผู้ใหญ่ของเราดับขันธ์เข้าสู่ปรินิพพานแล้ว จำเราทั้งหลายจะช่วยกันกระทำสักการบูชาซึ่งสรีระศพแห่งพี่ชายผู้ใหญ่ของเราบัดนี้ ท่านจงไปนิรมิตกุฎาคารสังเค็ตอันแล้วด้วยแก้ว ๗ ประการทั้งปวง ให้สูงประมาณได้ ๙ โยชน์ณกาลบัดนี้ โส ตถา กัต์วา พระวิสสุกรรมเทวบุตร รับเทวบัญชาว่าสาธุแล้ว จึงลงมานิรมิตกุฎาคารสังเค็ต ตามเทว บัญชาสั่ง ยังสรีระศพแห่งพระมหาเถระให้นิปัชนาการนอนในกุฎาคารสังเค็ตนั้น แล้วก็มอบให้แก่คชสารทั้งปวง กุฎาคารํ อุก์ขิปิต์วา คชสารทั้งปวงจึงยกกุฎาคารสังเค็ตนั้น เที่ยวเวียนป่าพระหิมพานต์อันกว้างและยาวประมาณได้ ๓ พันโยชน์แล้ว ๆ เล่า ๆ เวียน

ไปเวียนมา

อากาสัฏฐเทวา ฝ่ายอากาศเทวดาทั้งหลาย จึ่งรับพระศพจากคชสารทั้งปวงแล้ว ก็เล่นการมโหรศพด้วยการสมโภชต่าง ๆ ฝ่ายวัสสวลาหกเทพยดาและสีตวลาหกเทวดาและอุณหวลาหกเทวดาทั้งหลาย ก็รับเอาศพพระมหาเถระมาจากหัตถ์แห่งอากาสัฏฐกะเทวดาทั้งหลายแล้ว ก็นำมากระทำการสมโภชด้วยการเล่นต่าง และกุฎาคารสังเค็ตอันใหญ่คิดได้ ๙ โยชน์ ก็ตกมาถึงหัตถ์แห่งเทพยดาทั้งหลายมี จาตุมหาราชิกาเทวดาและตาวตึสเทวดาเปนอาทิ โดยอุบายนั้นตลอดจนตราบเท่าถึงพรหมโลก ครั้นแล้วเหล่าพรหมทั้งหลายก็มอบสังเค็ตนั้นให้แก่เทพยดาทั้งหลายเปนลำดับ ๆ ส่งต่อ ๆ กันลงมา แล้วก็มอบให้แก่คชสารทั้งปวงอีกเล่า เอเกกา เทวตา เทพยดาองค์หนึ่งและองค์หนึ่ง ก็นำมาซึ่งแก่นจันทน์องค์ละ ๔ องคุลีมาก่ายกองสืบต่อกันเข้าเปนเชิงตะกอน ๆ ก็สูงขึ้นไปได้ประมาณ ๙ โยชน์ เทพยดาทั้งหลายจึ่งยกกุฎาคารสังเค็ต อันยุติได้ ๙ โยชน์นั้น ตั้งขึ้นเหนือเชิงตะกอนอันสูงได้ ๙ โยชน์ ขณะนั้นเตโชธาตุก็บังเกิดเอง สังหารพระศพแห่งพระมหาเถระเจ้านั้น ปัญจภิก์ขุสตานิ พระภิกขุทั้งหลายมีประมาณ ๕ ร้อยรูป ก็พากันมาโดยนภากาศกระทำสาธยายพระสัตตะปกรณาภิธรรมสิ้นราตรีทั้งปวง อนุรุท์ธัต์เถโร พระอนุรุทธมหาเถระจึ่งสำแดงพระธรรมเทศนาแก่เทพยดาทั้งหลายทั้งปวง ธรรมาภิสมัยมรรคผลก็บังเกิดมีแก่เทพยดาทั้งหลายเปนอันมาก ปุนทิวเส ครั้นเพลารุ่งเช้าพระภิกขุทั้งปวงก็ชวนกันฉันซึ่งผลาผลไม้ อันช้างและเทพยดาทั้งหลายนำมาถวาย ครั้นเพลาอรุณรุ่งสว่างแล้วพระภิกขุทั้งปวงก็ชวนกันดับเชิงตะกอน เก็บซึ่งอัฏฐิธาตุอันมีวรรณดุจวรรณแห่งดอกมลิตูมใส่ในผ้ากรองน้ำให้เต็มแล้วนำไปสู่พระเวฬุวันมหาวิหาร น้อมนำเข้าไปถวายในพระหัตถ์แห่งสมเด็จพระบรมศาสดาเจ้าสัต์ถา สมเด็จพระบรมศาสดาเจ้า พระองค์ทรงรับซึ่งห่ออัฏฐิธาตุด้วยพระหัตถ์แล้ว จึ่งเหยียดพระหัตถ์ไป ณ พื้นปฐพี ขณะนั้นเจดีย์มีสัณฐานดุจพวงเงินก็ชำแรกแซกพื้นพสุธามาตั้งปรากฏอยู่ สัต์ถา สมเด็จพระบรมครูจึ่งทรงบรรจุพระอัฏฐิธาตุด้วยพระหัตถ์ของพระองค์

กิร ดังได้สดับมาว่าพระเจดีย์องค์นั้นยังประดิษฐานตั้งอยู่จนตราบเท้ากาลทุกวันนี้ มิได้หักพังแตกทำลายด้วยอำนาจพระบรมพุทธาธิฐาน เตปิ หัต์ถีนาคา ฝ่ายฝูงคชสารทั้งปวงนั้น เบื้องว่าในกาลเมื่ออวสานที่สุดสิ้นอายุแล้ว ก็ยังโกฏฐาสแห่งสวรรค์สมบัติให้บริบูรณ์

อิติ โกณฑัญญกถา พรรณามาในพระอัญญาโกณฑัญญสูตรก็เสร็จลงด้วยประการฉนี้.

■ ■ ■ ■

พระภาวนาโกศลเถร

(ธีระ ธมฺมธโร)

อดีตรองเจ้าอาวาสวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ

อาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระและฝ่ายคันถธุระ

เกียรติคุณในด้าน ความเมตตาปรานี ตลอดจน ความนุ่มนวลละมุน ละไมของท่าน จนเป็นที่รักและเคารพโดยสนิทใจของบรรดาพระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ทำให้ท่านได้รับสมญานามว่า "หลวงพ่อเล็ก"

พระภาวนาโกศลเถร เกิดเมื่อวันเสาร์ที่ ๑๗ มกราคม พ.ศ. ๒๔๖๗ ตรงกับวันแรม ๙ ค่ำ เดือนยี่ ปีชวด ณ บ้านคลองหนองตากล้า ต.ราชเทวะ อ.บางพลี จ.สมุทรปราการ เป็นบุตรของนายจอก นางวัน คล้อสุวรรณ มีพี่น้องร่วมบิดามารดา ๘ คน พระภาวนาโกศลเถระเป็นบุตรคนที่ ๓ เดิมชื่อเจียก ต่อมาเปลี่ยนชื่อเป็น ธีระ คล้อสุวรรณ มีอาชีพทางกสิกรรมทำนา

เมื่อเยาว์วัยท่านเรียนหนังสือประชาบาลที่วัดหนามแดง อ.บางพลี จบป. ๔ บรรพชาเป็นสามเณรเมื่ออายุ ๑๔ ปี วันที่ ๑๗ สิงหาคม พ.ศ. ๒๔๘๐ ที่วัดนางชี ต.ปากคลอง อ.ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ โดยมีพระครูบริหารบรมธาตุ (ป่วน เกสโร) เจ้าอาวาสวัดนางชีเป็นพระอุปัชฌาย์ อุปสมบทเมื่อวันที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๔๘๘ ณ พัทธสีมาวัดปากน้ำ ต.ปากคลอง อ.ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ โดยมีพระครูบริหารบรมธาตุ วัดนางชี เป็นพระอุปัชฌาย์ พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) หลวงพ่อวัดปากน้ำ

(ในสมัยนั้นพระคุณท่านยังมิได้รับแต่งตั้งเป็นพระอุปัชฌาย์ และดำรงสมณศักดิ์ที่พระครูสมณธรรม-สมาทาน) เป็นพระกรรมวาจาจารย์ ได้รับฉายาว่า "ธมฺมธโร" โดยมีคุณหลวงประดิษฐ์ไพเราะและคุณนายโชติ ศิลปบรรเลง เป็นผู้อุปถัมภ์ในการบวช

เมื่อบวชแล้วได้เรียนบาลี นักธรรม จนสอบได้เป็นเปรียญ ๔ ประโยค และได้นักธรรมชั้นเอก ท่านปฏิบัติได้ธรรมกายแต่ครั้งยังเป็นเณร และการปฏิบัติสมถวิปัสสนานับว่าท่านเป็นนักปฏิบัติที่ดีเลิศและเชี่ยวชาญที่สุดรูปหนึ่ง

ท่านได้รับความไว้วางใจจากหลวงพ่อวัดปากน้ำมาก โดยหลวงพ่อได้มอบหมายให้ท่านเป็นครูสอนบาลี และนักธรรมตลอดจนเป็นอาจารย์สอนวิปัสสนา

กรรมฐาน และต้องช่วยเหลือด้านปกครองภายในวัดอีก เมื่อหลวงพ่ออาพาธ ท่านได้รับมอบหมายจากหลวงพ่อให้เป็นผู้มอบพระของขวัญแทน

เมื่อสิ้นบุญหลวงพ่อแล้ว สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช (จวน อุฏฐายี) ทรงแต่งตั้งให้ท่านเป็นรองเจ้าอาวาสวัดปากน้ำ เป็นพระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายคันถธุระและวิปัสสนาธุระ ต่อมาเมื่อวัดปากน้ำเป็นศูนย์กลางสอนวิชาพุทธศาสนาวันอาทิตย์ ท่านก็เป็นพระอาจารย์ใหญ่อีกด้วย

พระภาวนาโกศลเถร ได้รับแต่งตั้งให้มีภาระหน้าที่ได้รับพระราชทานและเลื่อนสมณศักดิ์ดังต่อไปนี้

พ.ศ. ๒๔๙๕ ได้รับแต่งตั้งเป็นกรรมการตรวจสอบสนามหลวง

พ.ศ. ๒๕๐๐ ได้รับพระราชทานแต่งตั้งสมณศักดิ์เป็นพระครูสัญญาบัตรที่**พระครูสมณธรรม-สมาทาน**

พ.ศ. ๒๕๐๑ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็นพระครูสัญญาบัตรชั้นเอกในนามเดิม

พ.ศ. ๒๕๐๘ ได้รับแต่งตั้งเป็นอาจารย์ใหญ่สำนักเรียนวัดปากน้ำ

พ.ศ. ๒๕๐๙ ได้รับแต่งตั้งเป็นรองเจ้าอาวาสวัดปากน้ำ

พ.ศ. ๒๕๑๐ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็นพระราชาคณะที่**พระภาวนาโกศลเถร**

ราชทินนามที่ท่านได้รับพระราชทานล้วนเป็นนามเดิมของหลวงพ่อวัดปากน้ำ อีกทั้งเกียรติคุณในด้านความเมตตาปรานี ตลอดจนความนุ่มนวล

ละมุนละไมของท่าน จนเป็นที่รักและเคารพโดยสนิทใจของบรรดาพระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ทำให้ท่านได้รับสมญานามว่า "**หลวงพ่อเล็ก**" ซึ่งเมื่อเอ่ยขึ้นครั้งใด ก็จะเป็นอนุสติให้ระลึกถึงหลวงพ่อวัดปากน้ำ ซึ่งนิยมเรียกท่านว่า "**หลวงพ่อใหญ่**" ด้วยและเป็นประจักษ์พยานถึงการเป็นพระที่เข้าถึงจิตใจของประชาชน ตลอดจนสามัคคีธรรมของบรรดาศิษย์ของหลวงพ่อวัดปากน้ำ ทั้งหลายซึ่งปรากฏเป็นความร่วมมือที่ท่านได้รับจากทุกฝ่าย

ภาระ**การสร้างคน** ที่หลวงพ่อวัดปากน้ำได้วางรากฐานไว้ เป็นงานที่หลวงพ่อเล็กได้ดำเนินการต่อไปจนสัมฤทธิผล ทั้งในการศึกษาฝ่ายวิปัสสนาธุระและคันถธุระสำหรับบรรพชิต หรือโรงเรียนพุทธศาสนาวันอาทิตย์วัดปากน้ำสำหรับเยาวชน งานบริหารอันหนักอึ้งที่ต้องการอัจฉริยภาพของผู้นำ ทั้งในด้านความเข้าใจภาวะสังคมปัจจุบัน การตระหนักถึงความจำเป็นของการศึกษา ความคิดริเริ่มและก้าวหน้าอยู่เสมอ การอุทิศตนเพื่อพระพุทธศาสนา เสียสละเพื่อวัด เพื่อมิตร เพื่อศิษยานุศิษย์ ทั้งบรรพชิตและฆราวาส อีกทั้งสมรรถภาพ ตลอดจนการมองเห็นการณ์ไกลและกว้างขวาง ท่านได้พิสูจน์ให้เห็นคุณสมบัติเหล่านั้นครบถ้วนทุกประการ ดังหลักการที่ท่านวางไว้ เพื่อเด็กนักเรียนให้เป็นแนวทางปฏิบัติตามว่า "ความเจริญทางด้านจิตใจเป็นสิ่งจำเป็นแก่ชีวิต เรามีเวลาเรียนน้อยเพียงอาทิตย์ละครั้ง จึงควรที่ครูจะสอนให้ประหยัดเวลา แต่ได้สาระมาก ๆ"

ฝ่ายงานวิปัสสนาธุระนั้น หลวงพ่อวัดปากน้ำได้อบรมสั่งสอนพระภาวนาโกศลเถระไว้ ประหนึ่งจะถ่ายทอดชีวิตจิตใจอันเป็นมรดกทางธรรมให้ท่านสืบต่อแทน ด้วยเหตุนี้ท่านจึงได้เป็นกำลังสำคัญที่สุดใน**การเผยแพร่พระสัทธรรมวิชชาธรรมกายของพระองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า**สืบต่อจากหลวงพ่อวัดปากน้ำ ความรู้ของท่านทั้งในทางปริยัติและปฏิบัติก็ดี ผนวกกับความสามารถในการถ่ายทอดแนวปฏิบัติและแทรกแนวความคิดใหม่ ๆ ให้เข้าถึงความรู้สึกของผู้มารับการอบรมปฏิบัติ ย่อมเป็นที่ยอมรับนับถือบูชากันทั่วไป

ทุกบ่ายวันพฤหัสบดี พระภาวนาโกศลเถรจะฝึกสอนการเจริญสมถวิปัสสนาตามแนววิชชาธรรมกายให้แก่ประชาชนโดยทั่วไป โดยยึดแนวทางที่เคยได้รับการถ่ายทอดมาจากหลวงพ่อวัดปากน้ำฝึกสอนต่อไป ท่านจะตอบข้อซักถามและแนะแนวทางการปฏิบัติแก่ผู้สนใจโดยไม่เห็นแก่เหน็ดแก่เหนื่อย ด้วยน้ำเสียงอันเย็นระรื่นหูผู้ฟัง อีกทั้งปฏิภาณและโวหารที่คมคายประทับใจทุกคน

ท่านได้รับอาราธนาไปสอนทั้งต่างจังหวัดและต่างประเทศและผ่านสื่อมวลชนบ่อยครั้ง เช่นที่สถานีโทรทัศน์กองทัพบก ซึ่งครั้งหนึ่งท่านได้สอนไว้ว่า "**ธรรมกาย**เป็นกายธรรมะอยู่ที่กลางใจเรานี่แหละ หากได้พัฒนาให้ถึงจุดละเอียด จะทำให้จิตใจบริสุทธิ์ อันจะมีผลสะท้อนให้การปฏิบัติภารกิจประจำวันเป็นไปตามแนวทางที่ถูกต้อง" และเมื่อพิธิกรซักถามถึงภูมิธรรม ท่านได้ตอบสมความเป็นพระสุปฏิปันโน ดังนี้

"การเข้าถึงจุดธรรมกาย ยังเป็นเพียงขั้นโคตรภ

ญาณเท่านั้น อันอยู่กึ่งกลางระหว่างโลกิยะ และโลกุตตระ ดังนั้นจึงมีการเข้าถึงและเสื่อมได้ หากประมาทเพียงแค่นั้น ย่อมยังอยู่ในวิสัยแห่งโลกิยะ ต่อ**เมื่อพัฒนาต่อไปจึงถึงขั้นละเอียดเป็นโลกุตตระ ขีดขั้นแห่งคำว่า ธรรมกาย จึงมีอยู่หลายระดับ การปฏิบัติเท่านั้นที่จะตอบคำถามได้ดีที่สุด"**

พระภาวนาโกศลเถรได้รวบรวมและจัดแนวทางการเจริญสมถวิปัสสนาตามแนววิชชาธรรมกายของพระพุทธองค์ ซึ่งหลวงพ่อวัดปากน้ำได้ค้นพบและสอนไว้ดีแล้วนั้นออกพิมพ์ตามหมวดหมู่ และเผยแพร่แก่ผู้สนใจทั่วไป ทั้งเป็นหนังสือและบทความในนิตยสาร "**มงคลสาร**" ซึ่งท่านได้ร่วมจัดตั้งและหาทุนตีพิมพ์ จนบัดนี้นิตยสารรายเดือนเพื่อการเผยแพร่ธรรมะฉบับนี้ได้รู้จักกันแพร่หลายเป็นปีที่ ๒๐ แล้ว อีกทั้งท่านได้ริเริ่มรวบรวมคำสอนของหลวงพ่อขึ้นแปลเป็นภาษาต่างประเทศเช่น ภาษาจีนและภาษาอังกฤษ ตลอดทั้งการถอดเทปบันทึกเสียงของหลวงพ่อเป็นภาษาอังกฤษ เพื่อส่งไปสอนยังประเทศมาเลเซียและสิงคโปร์ เป็นต้น

แม้ท่านจะมีสุขภาพไม่แข็งแรงมาแต่กำเนิด และเคยปรารภว่า "ฉันอยู่ไม่ได้นานอย่างมากมีอายุไม่เกิน ๔๕ ปีก็ตาย" แต่โดยทั่วไปก็ไม่มีผู้ใดจะนึกถึงดังนั้นด้วยบุคลิกและปฏิปทาที่แข็งขันตลอดจนการทำงานที่จริงจังของท่านมาตลอด เมื่อท่านต้องเข้าโรงพยาบาลด้วยโรคกล้ามเนื้อหัวใจอักเสบและโรคลำไส้ อาการดูจะไม่หนักหนานักในตอนเริ่มแรก แต่ก็ทรุดลงเพียงไม่กี่วันท่านก็ถึงแก่มรณภาพ ด้วยอาการอันสงบ เมื่อวันพุธที่ ๑๐ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๑ รวมอายุได้ ๔๔ ปี อยู่ในสมณเพศได้ ๓๑ ปี ฝากผลงานและปฏิปทาอันยิ่งใหญ่สมศักดิ์ศรีของศิษย์เอกรูปหนึ่งของหลวงพ่อวัดปากน้ำให้ศิษยานุศิษย์รุ่นหลังดำเนินตาม

คำสอนของท่านทรงคุณค่าทั้งทางปริยัติและปฏิบัติ ดังจะเห็นได้จากการตอบประมวลปัญหาข้อข้องใจของท่านในรายการพุทธประทีป ที่ออกโทรทัศน์ช่อง ๗ วันที่ ๒๗ สิงหาคม ๒๕๐๙ ดังต่อไปนี้

ถาม การทำสมาธิแล้วไปเห็นกายต่าง ๆ เช่น กายทิพย์ กายพรหม กายอรูปพรหม กายธรรม หรือธรรมกาย ควรจะเป็นวิสัยของพระอริยะ ไม่ใช่ปุถุชนธรรมดา ไม่ใช่หรือ ?

ตอบ การทำสมาธิตามแนวหลักปฏิบัติที่ให้ไปแล้วนั้น สามารถจะไปเห็นกายทิพย์ กายรูปพรหม กายธรรมได้โดยไม่ต้องเป็นอริยบุคคล เพราะกายเหล่านี้ยังเป็นฝ่ายโลกีย์ เทียบกับหลักปริยัติได้คือ กายทิพย์ได้แก่กายสัมภเวสี กายรูปพรหมได้แก่ผู้เจริญรูปฌาน กายอรูปพรหมได้แก่ผู้เจริญอรูปฌาน กายธรรมกายได้แก่ผู้เข้าถึงเบื้องต้นหรือจุดเริ่มต้นของโคตรภู กายเหล่านี้เห็นในภายใน ในตัวของเราเช่นกายทิพย์หรือที่เรียกกันว่ากายสัมภเวสี เชื่อเหลือเกินว่า คนธรรมดาสามัญชนทุกคนก็เคยเห็นกันมาแล้ว ถ้าทุกคนเคยฝันเมื่อเวลาเราหลับแล้วฝันไปเรารู้ว่าเราไปทำธุระอะไรต่าง ๆ ได้ทั้ง ๆ ที่กาย ตัวเรานอนหลับอยู่ แต่ตัวเราข้างในรูปร่างหน้าตาเช่นเดียวกันกับตัวเรา ไปทำธุระอะไรต่าง ๆ ไปพูด ไปคุยกับใคร ๆ ก็ได้ กายที่ฝันไปทำอะไรต่าง ๆ นั่นแหละเรียกว่ากายทิพย์หรือกายสัมภเวสี แต่ที่เราเห็นกายทิพย์ คือกายภายในตัวของเรา ด้วยอำนาจของสมาธินั้นไม่ใช่ฝันเห็น เห็นเพราะการปฏิบัติเรียกว่าเห็นทั้งที่ยังตื่นอยู่

ถ้าเรามีบุญบารมีวาสนา บำเพ็ญอาโลกกสิณกำหนดเอาแสงสว่าง ดวงแก้ว หรือพระพุทธรูปมาเป็นอารมณ์ จนเป็นปฏิภาคนิมิต จากอารมณ์ ๔๐ อย่างนั้นก็สามารถบำเพ็ญให้เกิดฌานได้ ถ้าได้รูปฌานก็เท่ากับเข้าไปเห็นกายรูปพรหม ถ้าบำเพ็ญได้ถึงอรูปฌาน ก็เท่ากับไปเห็นกายอรูปพรหม พ้นจากรูปฌาน-อรูปฌานแล้วจึงจะไปถึงกายธรรมกาย ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของโคตรภูฌาน ฌานที่กล่าวมานี้ยังไม่เป็นโลกุตตรฌาน ยังเป็นฌานโลกีย์

ถาม อยากทราบว่าฌานโลกีย์ และฌานโลกุตตระ แตกต่างกันอย่างไร?

ตอบ คำว่าฌานโลกีย์ ได้แก่การกำหนดกัมมัฏฐาน ๔๐ อย่าง อย่างใดอย่างหนึ่งเป็นอารมณ์จนเป็นปฏิภาคนิมิตเข้าถึงปฏิภาคนิมิต เข้าถึงรูปฌาน อรูปฌาน แม้จะเข้าถึงธรรมกาย ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของโคตรภู ก็ยังจัดว่าเป็นฌานโลกีย์ เพราะผู้ได้ฌานเหล่านี้ยังไม่พ้นจากวัฏฏะ ยังมีกิเลส กรรม วิบากอยู่ ฌานเหล่านี้จะไปเรียกว่าโลกุตตรฌานไม่ได้

คำว่าฌานโลกุตตระนับตั้งแต่พระอริยบุคคลชั้นพระโสดาบันขึ้นไปบำเพ็ญฌาน ฌานนี้จึงเรียกว่าโลกุตตรฌาน เพราะเป็นฌานที่มีพระนิพพานเป็นอารมณ์ข้ามขึ้นจากโลกได้

การปฏิบัติกัมมัฏฐานของวัดปากน้ำ แม้ว่าจะปฏิบัติไปจนถึงเห็นกายธรรม ก็ยังจัดว่าเป็นการเข้าถึงจุดเริ่มต้นของโคตรภู ยังเป็นฌานโลกีย์ อย่าเพิ่งเข้าใจว่าเป็นฌานโลกุตตระ เพราะวันนั้นอธิบายคลุมเอาไว้มากไป ผู้ฟังจึงเข้าใจได้ยาก ข้อนี้เป็นความบกพร่องของอาตมาเหมือนกัน แต่ถ้าท่านมีอุปนิสัยแก่กล้าแล้วปฏิบัติธรรมครบถ้วนตามหลักปฏิบัติ ทำได้ถึงขนาดแล้วก็เข้าถึงฌานโลกุตตระได้

ถาม ผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐานได้โลกุตตรฌานแล้ว

เห็นกายทิพย์ กายพรหม และกายธรรมนั้น เอาแบบที่ไหนมาพูด?

ตอบ การเห็นกายทิพย์ หรือที่เรียกว่าทิพยกาย หรือกายเทวดานั้น แม้ผู้ไม่ได้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน แต่ต้องเป็นผู้ที่มั่นคงในศีล มีกัลยาณธรรม มีความยินดีในการให้ทาน ก็ยังได้เห็นกายเทวดาได้ ดังเรื่องของธรรมิกอุบาสกในธรรมบทภาค ๑ พระศาสดาส่งพระภิกษุไปสาธยายพระสูตรให้ธรรมิกอุบาสกฟัง เมื่อคราวธรรมิกอุบาสกป่วยเป็นไข้ ขณะที่พระสงฆ์สาธยายมหาสติปัฏฐานอยู่นั้น เทวดายืนอยู่บนราชรถ ปรากฏแก่สายตาของธรรมิกอุบาสก ต่างเชื้อเชิญให้ธรรมิกอุบาสกไปอยู่ในเทวโลกในชั้นของตน ๆ ธรรมิกอุบาสกให้รถรออยู่ก่อน เพราะยังฟังการสาธยายธรรมอยู่ บุตรธิดาเข้าใจว่าพ่อเผลอสติพูดจาเพ้อเจ้อไป เพราะบุตรธิดาไม่เห็นเทวดาและรถ แม้พ่อจะบอกกับลูก ๆ ว่าที่พูดนั้นเพราะเทวดาเอารถมารับ ลูก ๆ ก็หาเชื่อไม่ พ่อจึงให้ลูกเอาพวงมาลัยเสี่ยงขึ้นไปคล้องที่รถลอยอยู่ในอากาศ ลูก ๆ ก็เห็นพวงมาลัยลอยอยู่ในอากาศ แต่ไม่เห็นรถที่เทวดานำเอามารับ

นี่เป็นข้อหนึ่งที่ยืนยันได้ว่ากายทิพย์นี้มีในตำราทางพระพุทธศาสนา รับรองว่าสวรรค์มี ๖ ชั้น พรหมอรูปพรหมมี ฉะนั้น เมื่อทำกรรมดี ก็ย่อมจะไปสู่สวรรค์ ถ้าบำเพ็ญรูปฌาน อรูปฌานได้ก็ย่อมจะไปเกิดชั้นรูปพรหม อรูปพรหมได้

ฉะนั้นถ้าผู้ใดมีบารมีแก่กล้าสามารถบำเพ็ญกัมมัฏฐานให้ได้รูปฌาน อรูปฌานแล้วไซร้ ทำไมจะเห็นกายทิพย์ กายพรหม และธรรมกายไม่ได้

ในข้อนี้ผู้ฟังอย่าเข้าใจว่าผู้พูดได้โลกุตตรฌานแล้ว อาตมาพูดตามตำราเหมือนกัน

ถาม ผู้ถาม ๆ ว่า เห็นธรรมกายนั้นเข้าถึงโคตรภูแล้ว อยากทราบว่าโคตรภูอะไร โคตรภูฌานหรือโคตรภูมรรค ถ้าจะว่าโคตรภูฌานก็ไม่ตรง เพราะท่านบอกว่าตอนนั้นกำลังทำโลกุตตรฌาน ถ้าจะตอบว่าทำโคตรภูมรรคก็ไม่ถูกอีก เพราะกำลังทำสมาธิยังไม่ได้ยินว่าทำวิปัสสนาตรงไหน เพราะขณะนั้นผู้ปฏิบัติกำลังเพ่งอาโลกกสิณ จะเป็นวิปัสสนาได้อย่างไร ฟังแล้วไม่เข้าใจในธรรมของท่าน?

ตอบ การเจริญวิปัสสนา เมื่อทำได้ถูกต้องตามหลักปฏิบัติเห็นลำดับ ๆ ไป จากดวงศีล สมาธิ ปัญญา

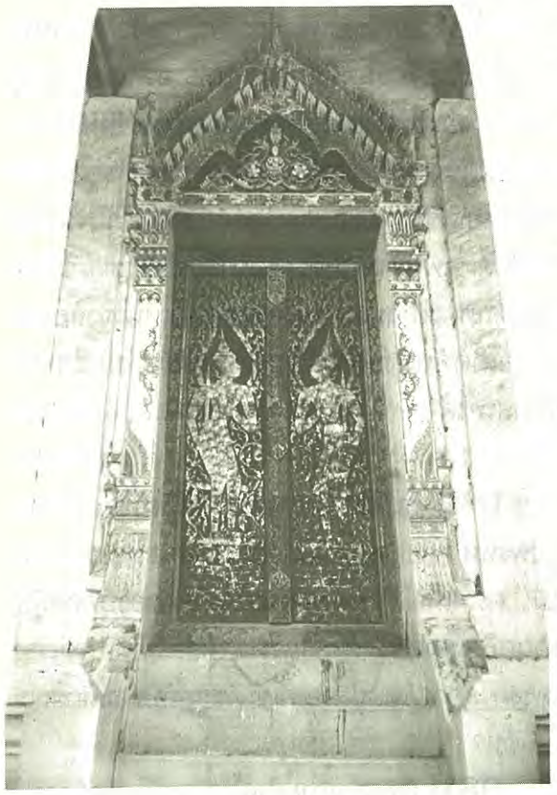
วิมุตติ วิมุตติญาณทัสสนะ เห็นกายทิพย์ รูปพรหมถึงกายธรรมกาย ถ้าเห็นกายธรรมกายเต็มส่วนหน้าตักหย่อนกว่า ๕ วา กายธรรมนี้เรียกว่า กายธรรมกายโคตรภูบุคคล ถ้าหากว่าเราเห็นไม่ใส ยังมัวอยู่ ก็เจริญฌานสมาบัติ กลับไปกลับมาเป็นอนุโลมปฏิโลม ขณะที่เจริญฌานสมาบัตินี้ เรียกว่าโคตรภูฌานก็ได้ เพราะฌานแปลว่าเพ่ง เราเพ่งให้ใจสงบหยุดนิ่งสนิท อาศัยฌานสมาบัตินี้จะทำให้สว่างชัดเจน การดำเนินมาตามทางของศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ วิมุตติญาณทัสสนะ จนกระทั่งเห็นกายธรรมกายเจริญฌานสมาบัติ เห็นกายชัดเจนขึ้น จนเห็นกายธรรมกายตามส่วน หน้าตักหย่อนกว่า ๕ วา เกตุดอกบัวตูม เมื่อดำเนินมาถึงขั้นนี้จะเรียกขั้นนี้ว่าโคตรภูมรรคก็ได้

กายธรรมกายโคตรภูนี้อยู่ระหว่างกึ่งกลางโลกีย์และโลกุตตระ จะกลับมาเป็นปุถุชนก็ได้ ถ้าบำเพ็ญสมณธรรมได้ถึงขนาดอาจข้ามไปถึงชั้นอริยบุคคลก็ได้ โคตรภูบุคคลนี้ยังไม่ถึงโลกุตตระ แม้จะเจริญฌานได้ก็ยังเป็นโคตรภูฌานไม่ใช่โลกุตตรฌาน ตอนนี้ผู้ฟังอาจจะฟังไม่ถนัดเพราะความคล้าย ๆ กัน จึงเข้าใจว่าโคตรภูบุคคลที่เจริญฌานอยู่เป็นโลกุตตรฌาน เมื่อบุคคลเจริญสมาธิ สมถกัมมัฏฐานวิปัสสนากัมมัฏฐาน เห็นดวงศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ วิมุตติญาณทัสสนะ แต่ละขั้น ๆ เป็นลำดับ มาจนเห็นกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์หยาบละเอียด กายรูปพรหมทั้งหยาบทั้งละเอียด โดยแจ่มใสชัดเจนมาเป็นลำดับ ๆ เมื่อทำได้ถึงขั้นนี้เรียกว่าขั้นสมถะยังไม่ถึงขั้นวิปัสสนา

เมื่อทำสมาธิเพ่งพิจารณาเห็นดวงศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ วิมุตติญาณทัสสนะ จากกายโคตรภูจะเห็นกายพระโสดา สกิทาคา อนาคา อรหันต์ เป็นลำดับไปเรียกว่าวิปัสสนา หมายความว่าทั้งรู้ทั้งเห็นด้วยกายธรรมกายของพระโสดา สกิทาคา อนาคา อรหันต์ เพ่งเห็นดวงศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ วิมุตติญาณทัสสนะ แล้วพิจารณาเห็นไตรลักษณ์ ความเกิดดับดังกล่าวแล้วเป็นลำดับ ๆ มาเรียกว่าวิปัสสนาได้

ถาม คนที่สามารถเห็นกายทิพย์ได้ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม หาใช่วิสัยของคนธรรมดาไม่ คนที่เห็นได้เช่นนี้ควรจะเป็นวิสัยของบุคคลผู้ที่ผ่านอภิญญาแล้ว ดังเช่นพระโมคัลลาเห็นเปรต ร่างโครงกระดูก ตอนลงจากเขาคิชฌกูฏกับพระลักขณะเป็นต้น?

ตอบ เรื่องเห็นกายทิพย์ กายรูปพรหม อรูปพรหม หรือกายเปรต อย่างเช่นนี้ที่ผู้ถามได้ถามมานั้น ผู้ที่จะเห็นกายเหล่านี้ได้ควรจะเป็นวิสัยของผู้ที่ได้ผ่านอภิญญามาแล้ว ข้อนี้ก็ถูกอย่างเช่นผู้ที่ถามได้ถามมา ผู้ถามได้ยกเอาเรื่องพระโมคัลลาตอนลงจากเขาคิชฌกูฏกับพระลักขณะ ได้เห็นเปรตร่างกระดูก มาอ้างเป็นหลักฐาน ซึ่งเรื่องนี้อยู่ในธรรมบทนี้นั่นแหละ ยังกล่าวถึงผู้ที่ปฏิบัติอยู่ในศีลธรรมอันดี แต่ยังไม่ได้บรรลุอภิญญาอะไร ก็สามารถเห็นทิพยกาย หรือกายเปรตได้ ที่เห็นกายทิพย์หรือกายเทวดาได้ดังเรื่องธรรมิกอุบาสก ในธรรมบทภาคหนึ่งที่ได้กล่าว



มาแล้วนั้น ก็เป็นเรื่องยืนยันได้ว่ากายทิพย์หรือกายเทวดานั้นเป็นของมีจริง และสามารถจะเห็นได้ แม้กระทั่งคนธรรมดาแม้จะไม่ได้ผ่านอภิญญาอะไร เป็นแต่ผู้นั้นปฏิบัติดีปฏิบัติชอบเท่านั้น

อีกเรื่องหนึ่งอยู่ในมังคลัตถทีปนี เรื่องเปรตญาติของพระเจ้าพิมพิสาร เมื่อพระเจ้าพิมพิสาร ถวายวิหารเวฬุวัน ได้ถวายทานแด่พระอรหันต์และพระพุทธเจ้า แต่ไม่ได้อุทิศส่วนกุศลให้เปรตที่เป็นญาติ เปรตขาดการอนุโมทนาในส่วนกุศลนั้น จึงได้กระทำเสียงอื้ออึงให้เป็นที่หวาดกลัวได้ยินถึงพระเจ้าพิมพิสาร พระองค์ได้ทูลถามสาเหตุจากพระพุทธเจ้า พระองค์ก็ชี้แจงให้ทรงทราบ จึงได้ถวายทานแด่พระสงฆ์อีก แล้วอุทิศกุศลให้แก่เปรตที่เป็นญาติเหล่านั้น เปรตได้อนุโมทนาในส่วนกุศลที่พระเจ้าพิมพิสารได้อุทิศให้ตน มีอาหารบริโภคอิ่มหนำสำราญ แต่ไม่มีเครื่องนุ่งห่ม จึงสำแดงกายให้ปรากฏแก่พระเจ้าพิมพิสาร พระองค์จึงได้บริจาคถวายทานไตรจีวรแด่พระสงฆ์แล้วอุทิศส่วนกุศลไปให้อีก เปรตได้รับส่วนกุศลครั้งนี้มีเครื่องนุ่งห่มสมบูรณ์

เรื่องเห็นเปรตนี้ก็ยังมีอีกเรื่องหนึ่ง เป็นเรื่องของนางสาย ธำรงยุทธ์ อยู่บ้านเลขที่ ๓๗ ต.ปากคลอง อ.ภาษีเจริญ จ.ธนบุรี ขณะนี้ผู้เล่ามีอายุ ๕๕ ปี ได้เล่าให้ฟังว่า เมื่ออายุ ๓๔ ปี ประมาณใน พ.ศ. ๒๔๘๖ ผู้เล่าได้ไปช่วยงานแต่งงานญาติ ที่จังหวัดนครนายก เมื่อได้ช่วยงานแต่งงานญาติเสร็จแล้ว จึงได้เดินทางกลับแต่ขณะนั้นเป็นเวลาเย็นมากแล้ว จึงได้เช่าบ้านพักหลังหนึ่งเป็นบ้านโบราณมีชานยาว ต.บ้านนา อ.วิหารหารแดง ของ จ.นครนายก ขณะที่นอนพักแรมอยู่นั้นประมาณเวลา ๕ ทุ่มเศษ ผู้เล่ายังนอนไม่หลับมองออกมาทางชานเรือน ได้เห็นคนรูปร่างใหญ่โตยืนอยู่ เห็นกายสูงขึ้นเรื่อย ๆ สักพักหนึ่งก็เห็นกายนั้นต่ำลง ๆ แล้วสูงขึ้นอีก อย่างนี้หลายครั้ง จึงได้ปลุกพวกญาติที่ไปด้วยให้ลุกขึ้นแต่ญาติพวกนั้นก็มองไม่เห็น เห็นแต่ผู้เล่าคนเดียว รุ่งขึ้นเช้าจึงได้เล่าให้คนอื่นฟัง ชาวบ้านแถวนั้นบอกว่าที่เห็นนั้นไม่ใช่อะไรเป็นเปรตนั่นเอง เพราะชาวบ้านแถวนั้นก็เคยเห็นมาแล้วเหมือนกัน เพราะที่บริเวณแถวนั้นชาวบ้านบอกว่าเป็นวัดร้างมาก่อน

นี่ก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งที่ยืนยันว่าการเห็นเปรตนี้ แม้คนเราธรรมดา ๆ ก็พอมีทางเห็นได้เหมือนกัน ยิ่งผู้ที่ได้ผ่านอภิญญาแล้ว เช่นพระโมคัลลานะนั้น ไม่เป็นปัญหา ท่านต้อง(ได้เห็น)แน่นอน

ฉะนั้นตามที่ผู้ถามบอกว่า ผู้นั่งภาวนาชั่วครู่ชั่วยามสำเร็จฌานอภิญญาทำให้เห็นกายทิพย์ กายพรหม ฯลฯ นั้น ฟังไม่ขึ้นเลย อีกท่อนหนึ่งนั้นก็เห็นจะค้านกับเรื่องในบทธรรมเรื่องธรรมิกอุบาสก และในมังคลัตถทีปนี เรื่องเปรตญาติของพระเจ้าพิมพิสาร ซึ่งผู้ถามยกเอาเรื่องพระโมคัลลามาอ้าง เรื่องนี้ผู้ถามคงจะอ่านธรรมบทไม่ทั่วจึงลืมเรื่องของธรรมิกอุบาสกไป ซึ่งก็อยู่ในธรรมบทเช่นกัน ถ้าผู้ถามกลับไปอ่านเรื่องธรรมิกอุบาสกในธรรมบทแล้ว คงจะไม่ถามมาอย่างนี้เป็นแน่

ฉะนั้น เรื่องการเห็นกายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม หรือกายเปรตนั้น เป็นอันยุติได้ว่าผู้ที่บำเพ็ญสมาธิจนถึงกายทิพย์ รูปพรหม อรูปพรหม กายธรรมกายแล้ว ก็สามารถจะเห็นกายทิพย์หรือกายเปรตนั้นได้ ส่วนผู้ที่ผ่านอภิญญานั้นแล้วไม่เป็นปัญหาแน่นอน เฉพาะกายเทวดาและกายเปรตนั้น แม้คนธรรมดาสามัญเช่นเรา ๆ ท่าน ๆ นี้ ก็ยังเห็นได้ ที่ว่าคนทำสมาธิภาวนาเห็นกายทิพย์ กายพรหม ฟังไม่ขึ้นนั้น ก็เห็นจะเป็นความคิดที่ผิดถนัดอย่างมาก

เรื่องอะไรก็ตามที่เราไม่เห็น ทำยังไม่ได้ ทำไมถึงปฏิเสธว่าเป็นของไม่จริง เราไม่เชื่อต้องใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองให้ดีเสียก่อน มองหาเหตุผลให้ไกล ๆ บางอย่างบารมี อุปนิสัย วาสนาของเรายังไม่พอ จึงไม่สามารถจะทำได้ ผู้ที่จะได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าไม่ใช่จะฟังได้ทุกคน บางคนพระพุทธเจ้าต้องรอให้อุปนิสัยแก่กล้าพอแล้วจึงจะเสด็จไปโปรดก็มี พระพุทธเจ้าตรัสเรื่องศรัทธาความเชื่อว่าต้องประกอบด้วยปัญญา จึงเป็นธรรมะที่สำคัญที่จะทำให้เรามองเห็นทางดี ไม่ดี ยิ่งเรื่องเกี่ยวกับธรรมะด้านปฏิบัติด้วยแล้วต้องใช้ปัญญาให้มาก พร้อมทั้งลงมือปฏิบัติด้วย ทำให้ถูกแบบแผนที่ท่านวางเป็นแนวปฏิบัติเอาไว้ ทำให้จริง ใช้ความเพียร ประกอบด้วยองค์ ๔ คือ เนื้อเลือดจะแห้งเหือดหมดไป จะเหลือแต่หนังเอ็นกระดูกก็ตาม เราจักไม่คลายความเพียรจากการทำสมาธิ ถ้าปฏิบัติถูกตามแนวทางปฏิบัติที่ท่านวางเอาไว้ และใช้ความเพียรอย่างว่านี้ ก็อาจจะรับรองว่าต้องประสพผลสำเร็จได้อย่างแน่นอน

ผู้ที่ทำชั่วครู่ชั่วยามทำไม่จริง ใช้ความเพียรไม่ถึงขนาด ก็ไม่ประสพผล ท้อถอยเสียในระหว่างปฏิบัติ พวกนี้ดีแต่พูด มิหนำซ้ำยังปฏิเสธธรรมะที่คนอื่นเขาปฏิบัติอยู่ว่าไม่เป็นจริง คนที่ดีแต่พูดแต่ไม่ทำ คนพวกนี้ควรระวังอย่าเอามาเป็นแบบอย่าง คนพูดละเอียดแต่งานหยาบเวลานี้มีอยู่มาก ควรสังวรไว้ให้ดี

■ ■ ■ ■

ผู้นำบุญผ้าป่าทอดวันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๓๓

ณ สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย อ.ดำเนินสะดวก จ.ราชบุรี

พระภาวนาโกศลเถร และคณะศิษย์	๓๓,๓๐๕.๐๐ บาท
พระเสริมชัย ชยมงฺคโล และคณะศิษย์	๘๐,๗๒๕.๐๐ บาท
พระเฉลิม นิปุโน และญาติโยม	๓,๓๒๐.๐๐ บาท
พระกิจสุเมธ สุธมฺโม และญาติโยม	๖,๐๓๓.๐๐ บาท
คุณแม่สุรีย์ เดชอุดม และลูกหลานญาติมิตร	๑๐๔,๑๕๐.๐๐ บาท
วิทยาลัยเทคนิคราชบุรี	๘๑,๕๐๐.๐๐ บาท
คุณอโนทัย ตันตรงภักดิ์ และคณะ	๒๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณธมรัตน์ ตรีนุชจรัสกุล และคณะ	๑๘,๕๘๙.๐๐ บาท
คุณบุษดี พานิชเจริญผล และคณะ	๑๘,๕๑๘.๙๙ บาท
คุณอรวรรณ เวศอุไร และคณะ	๑๒,๔๘๐.๐๐ บาท
คุณสิน ฝ่ายชำนาญ และคณะ	๑๑,๗๕๙.๕๐ บาท
คุณบูรณ์จันทร์ คณาปราชญ์ และคณะ	๑๑,๖๗๐.๐๐ บาท
บริษัท รัตนเคหะ จำกัด	๑๑,๕๕๐.๐๐ บาท
บริษัทเวลอินเตอร์ ซัพพลาย และทุนนิธิสุทธิกิจพงศ์	๑๑,๑๑๑.๐๐ บาท
คุณประสงค์ แซ่งุ่ย และคณะ	๑๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณธนะพล รุจิรัชกร และคณะ	๙,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณพยนต์-เงิน เข็มทอง และคณะ	๘,๘๐๐.๐๐ บาท
คุณวีรวรรณ โรจนวานิช และคณะ	๘,๒๗๙.๐๐ บาท
คุณบพิตร บุรุษรัตน์วรชัย และคณะ	๗,๖๐๕.๕๐ บาท
คุณอุดม ตรีชั้น และคณะ	๗,๖๐๐.๐๐ บาท
คุณสุภัตร์ ตันตรงภักดิ์ และคณะ	๗,๖๐๐.๐๐ บาท
คุณไพเราะ รินทกุล และคณะ	๗,๕๙๐.๐๐ บาท
คุณเอกศรุต ลี้สมประสงค์ และคณะ	๖,๕๖๐.๐๐ บาท
พ.อ.อ.วินัย ชิ้มใจดี และคณะ	๖,๔๓๐.๐๐ บาท
คุณสุดใจ แสงประชาธนารักษ์ และคณะ	๕,๙๔๐.๐๐ บาท
คุณประพันธ์ ตั้งพรสมาน และคณะ	๕,๒๐๐.๐๐ บาท
คุณสุนี วิศวกิจเจริญ และคณะ	๕,๑๐๐.๐๐ บาท
คุณพิม อย่างธารา และคณะ	๔,๙๒๐.๐๐ บาท
คุณมานพ-ศรีประภา อภิรติกุล และคณะ	๔,๖๕๐.๐๐ บาท
คุณรัตนาภรณ์ พิมมานนท์ และคณะ	๔,๒๙๐.๐๐ บาท
คุณสนิท สังขพงศ์ และคณะ	๔,๐๓๐.๐๐ บาท
คุณพรทิพย์ ผลอนันต์ และคณะ	๔,๐๑๙.๐๐ บาท
คุณสมบุญ ศรีประกายพรึก และคณะ	๓,๙๓๐.๐๐ บาท
คุณสุรพล สกุณา และคณะ	๓,๖๗๑.๐๐ บาท
คุณวีระ เนตยกุล และพนักงานการบินไทย	๓,๖๐๐.๐๐ บาท
คุณชุติชัย-วันเพ็ญ ชนากร และคณะ	๓,๒๔๐.๐๐ บาท
พ.อ.(พิเศษ) ศจ.สนิท-ประไพ สุกกรี และคณะ	๒,๖๑๔.๐๐ บาท
คุณพิเชษฐ ซึ้งหทัย และคณะ	๒,๕๙๐.๐๐ บาท
คุณนัยนา ปัญญา และคณะ	๑,๙๘๐.๐๐ บาท
คุณวัชระ-พจน์-ณัฐ พรทศพล และคณะ	๑,๙๖๑.๐๐ บาท
ดร.สัจจา-นันทพร บุญยฉัตร และคณะ	๑,๘๐๓.๐๐ บาท
คุณธงชัย มธุรพจนางกูร และคณะ	๑,๖๐๐.๐๐ บาท
คุณเนียม-ประเสริฐ พุ่มตาลพงษ์ และคณะ	๑,๕๐๐.๐๐ บาท
คุณกรุณา ประทีปจินดา และคณะ	๑,๕๐๐.๐๐ บาท
ครอบครัวเทียมบุญประเสริฐ	๑,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณวิโรจน์-สาคร แพทย์โอสถ และคณะ	๑,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณพรชัย เอี่ยมแก้วประเสริฐ และคณะ	๒๙๐.๐๐ บาท
สาธุชนผู้มีจิตศรัทธา	๑๗๘,๗๘๐.๐๐ บาท

เจ้าภาพทอดผ้าป่า (รายบุคคล) ทอดวันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๓๓

ณ สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย อ.ดำเนินสะดวก จ.ราชบุรี

หลวงพ่อเสริมชัย ชยมงฺคโล	๑๐,๐๐๐.๐๐ บาท
พระสถาพร สุถาวโร	๑๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณสำเนียง-เสริมศักดิ์ เซ้งสุทธา	๒๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณวัลลภ-พนิดา พัฒนวิจิตร	๒๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณจุมพล-สุดใจ แสงประชาธนารักษ์	๒๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณนภา วรรธนะดุษฎีเดช และญาติ	๑๖,๒๐๐.๐๐ บาท
คุณทิวา ปราการพิลาศ	๑๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณอุไร พลพัฒนาฤทธิ์	๑๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณจันทรา อยู่รอด	๑๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณวีระ เนตยกุล-สมจิตร์ อารีรอบ	๑๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณสมควร-สุภาวดี-สมภพ-ภคินี ยิ้มศรีเจริญกิจ	๑๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณอัมพร ชื่นชมชาติ และญาติมิตร	๑๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณนวลจันทร์ ฮุนตระกูล	๑๐,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณสุวรัตน์-ดุสิต พูลบำเพ็ญ	๕,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณประพันธ์-ลักษมี เติมฤทธิ์	๕,๐๐๐.๐๐ บาท
คุณจีรพันธ์ ชัยวิวัธน์	๕,๐๐๐.๐๐ บาท

สพฺพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ
การให้ธรรม ชนะการให้ทั้งปวง
รายนามเจ้าภาพถวายนิตยสาร "ธรรมกาย" แด่พระภิกษุสงฆ์

เจ้าภาพ	ผู้รับ
คุณอรพร อาจริยะพร	ถวาย พระครูประทีปกิจจาทร วัดสุทัศน์เทพวราราม พระนคร กทม.๑๐๒๐๐
คุณแม่ไล้ แซ่หว่อง	ถวาย พระราชปัญญาภรณ์ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎ์พระนครกทม. ๑๐๒๐๐
ครอบครัวเพียรจรรยาวัฒน์	ถวาย พระราชปรีชาญาณมุนี วัดโพธิ์ชัย อ.เมือง จ.หนองคาย ๔๓๐๐๐
คุณจินตนา รุจิรัชกร	ถวาย พระสุวรรณธีราจารย์ วัดศรีชมชื่น อ.เมือง จ.หนองคาย ๔๓๐๐๐
ด.ญ.มาริชชญา งามเบญจวงศ์	ถวาย พระสุนทรธรรมธาดา วัดศรีสะเกษ อ.เมือง จ.หนองคาย ๔๓๐๐๐
คุณพิชัย วิสุทธิไพฑูรย์	ถวาย พระศรีอรรถเมธี วัดศรีวิชัยวนาราม อ.เมือง จ.เลย ๔๒๐๐๐
คุณธนชัย ทักษิณายัน	ถวาย พระครูวรกิจประยุต วัดคำผักแผ้ว อ.เมือง จ.สกลนคร ๔๗๐๐๐
คุณอดิศร คุ้มได้อยู่	ถวาย พระครูโสภณอรรถกิจ วัดปราสาท อ.นางรอง จ.บุรีรัมย์ ๓๑๑๑๐

คุณอรพร อาจริยะพร	ถวาย พระรัตโนภาสวิมล วัดกลางรัตนบุรี อ.เมือง จ.สุรินทร์ ๓๒๐๐๐
คุณอรพร อาจริยะพร	ถวาย พระราชคุณาภรณ์ วัดวังตะกู อ.เมือง จ.นครปฐม ๗๓๐๐๐
คุณสุรัจ อัครวัณ	ถวาย พระสุตาวุธวิสิฐ วัดแก้วโกรวาราม อ.เมือง จ.กระบี่ ๘๑๐๐๐
คุณเกริกพงษ์ ใจใหญ่	ถวาย พระอาจารย์จำเนียร สีลเสฏโฐ วัดถ้ำเสือ อ.เมือง จ.กระบี่ ๘๑๐๐๐
คุณเกริกพงษ์ ใจใหญ่	ถวาย พระพิศาลสาธุกิจ วัดชนาธิการาม อ.เมือง จ.พังงา ๓๒๐๐๐
อ.สนอง คงเจริญ และครอบครัว	ถวาย พระศรีปริยัติมุนี วัดคูหาสวรรค์ อ.เมือง จ.พัทลุง ๙๓๐๐๐
คุณธวัช-ศิลาพร เอียดแก้ว	ถวาย พระราชปัญญารังษี วัดนาประดู่ อ.เมือง จ.ปัตตานี ๙๔๐๐๐
คุณไตรวิทย์-พิมพร สุริยาวงศ์	ถวาย พระครูวิรัชโสภณ วัดศรีมหาโพธิ์ อ.โคกโพธิ์ จ.ปัตตานี ๙๔๑๔๐
คุณปรีชา ใจสมบุญ	ถวาย หลวงพ่อพระครูภาวนาวิสุทธิ วัดอัมพวัน อ.พรหมบุรี จ.สิงห์บุรี ๑๖๑๒๐
คุณปรีชา ใจสมบุญ	ถวาย พระอาจารย์ทวี วัดถ้ำผาปล่อง อ.เชียงดาว จ.เชียงใหม่ ๕๐๑๗๐

ผู้มีรายนามข้างต้นนี้ คือผู้มีจิตศรัทธาเป็นเจ้าภาพถวายนิตยสารธรรมกาย ถวายแด่พระสงฆ์ ๑ ปี (๔ เล่ม) ในอัตราปีละ ๑๒๐ บาท ผู้มีจิตศรัทธาโปรดติดต่อขอรับเป็นเจ้าภาพได้ที่ **มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย** สำนักงานศาลาการเปรียญ วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร กทม.๑๐๑๐๐ โทร. ๒๒๔-๗๔๗๕

ขอเชิญร่วมอนุโมทนาต่อกุศลจิตอันงดงาม

ของเหล่ากัลยาณมิตร ผู้หยิบยื่นแสงสว่างอันนิรันดร์แก่เพื่อนมนุษย์

ด้วยการอุปถัมภ์การพิมพ์นิตยสารดังนี้

พระเสริมชัย ชยมงฺคโล และญาติโยม
คุณปิยะนาถ คุณปนัดดา และคุณประวิตร เนตรกระจ่าง
คุณจินตนา รุจิรัชกร และเด็กหญิงมาริชชญา งามเบญจวงศ์
หจก. ประวัติยนต์

ผู้มีรายนามข้างต้นนี้ คือผู้มีจิตศรัทธาบริจาคเงินบำรุงการพิมพ์นิตยสารธรรมกายแต่ละเล่มเป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
ผู้มีจิตศรัทธาโปรดติดต่อขอบริจาคได้ที่ **มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย**
สำนักงานศาลาการเปรียญ วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร กทม.๑๐๑๐๐ โทร. ๒๒๔-๗๔๗๕

ธรรมสภา

วิมังสา

ในช่วงนี้ก็ยังคงอยู่ในระยะเวลาแห่งพรรษากาล ที่พระสงฆ์ได้กำหนดใจกันว่าจะจำพรรษา ณ ที่แห่งใดในฤดูฝนนี้ และจะไม่สัญจรไปค้างอ้างแรมในที่อื่น ๆ ตลอดระยะเวลาพรรษา ยกเว้นมีกิจสำคัญอันจำเป็นในบางครั้ง เช่น คณะสงฆ์ที่สถาบันพุทธภาวนา-วิชชาธรรมกาย อ.ดำเนินสะดวก จ.ราชบุรี ในพรรษานี้ก็มีจำนวนเกือบ ๓๐ รูปที่อยู่จำพรรษาในบุญสถานอันมีอาณาบริเวณพื้นที่ทั้งหมด ๑๙๘ ไร่เศษ ซึ่งแน่นอนว่าทั้งพระภิกษุและรวมไปถึงสามเณรของสถาบันแห่งนี้ ย่อมมีวัตรปฏิบัติอันเกื้อกูลแก่พระพุทธศาสนา เพราะทุกรูปต่างมุ่งศึกษาหาความรู้ทั้งด้านคันถธุระ คือการเรียนทางด้านปริยัติธรรม และวิปัสสนาธุระ การเรียนทางด้านปฏิบัติธรรม คือ การลงมืออบรมภาวนาจิตใจของตนให้แจ่มใส สะอาด จนเกิดปัญญาที่จะเข้าใจในพระธรรมคำสอนของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าให้ถ้วนถี่ อันจะเป็นประโยชน์เกื้อกูลแก่พุทธบริษัทชายหญิงต่อไป

งานบุญกฐิน

ปีนี้วันออกพรรษาจะตรงกับวันพฤหัสบดีที่ ๔ ต.ค. อันเป็นวันพระจันทร์เต็มดวงขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ ซึ่งอยู่หลังวันไหว้พระจันทร์ของชาวไทยจีน ๑ วัน และกำหนดการงานบุญใหญ่ของสถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกายอันได้แก่ **งานทอดกฐินสามัคคี** ครั้งนี้ คือ **วันอาทิตย์ที่ ๗ ต.ค.** ตรงกับวันแรม ๓ ค่ำเดือน ๑๑ ซึ่งจะเป็นงานบุญสำคัญอีกงานหนึ่งที่จะได้รวบรวมเอาน้ำใจของเหล่าผู้มีจิตศรัทธาต่อพระพุทธศาสนาจากทั่วสารทิศ ที่ได้ตั้งใจจัดตั้งกองกฐินของตนไว้มารวมกันเป็นกฐินสามัคคี โดยมี **คุณบรรเจิด**

และคุณหญิงสวลี ชลวิจารณ์ เป็นประธานกรรมการใหญ่กองกฐิน **ศาสตราจารย์บัญญัติ สุชีวะ** เป็นประธานจัดงาน และ **คุณปิยะบุตร ชลวิจารณ์** เป็นประธานกรรมการอุปถัมภ์ ทั้งนี้ในวันงานบุญดังกล่าวจะได้ตั้งองค์กฐินในเวลา ๐๙.๓๐ น. ที่สถาบันฯ จากนั้นก็จะมีการเจริญภาวนาธรรมกันอย่างเคย ตลอดจนพิธีถวายสังฆทานภัตตาหารเพลแด่พระสงฆ์ พร้อมกับเปิดโอกาสให้สาธุชนผู้ใจบุญทั้งหลายได้ชมและนมัสการบูชา ต่อปูชนียวัตถุที่สำคัญอีกด้วย หลังจากที่ได้รับฟังธรรมบรรยายในช่วงหลังอาหารกลางวันแล้ว เวลา ๑๓.๓๐ น. จะได้เป็นเวลาเริ่มพิธีทอดผ้ากฐินสามัคคีบนศาลาอเนกประสงค์ ซึ่งนอกจากที่ท่านจะได้มีส่วนร่วมในกองบุญอันไพศาลครั้งนี้กันถ้วนหน้าแล้ว **ท่านผู้นำบุญหรือทำบุญเฉพาะตนเองก็ดี หากได้นำเงินกฐินส่งตั้งแต่ ๒๐,๐๐๐ บาทขึ้นไปจะได้รับพระผงธรรมขันธ์วัดปากน้ำ (รุ่น ๔) กับพระพุทธชัยมงคล ราย ละ ๑๐,๐๐๐ บาทขึ้นไปจะได้รับพระผงธรรมขันธ์วัดปากน้ำ (รุ่น๔) รายละ ๑,๐๐๐ บาทขึ้นไปจะได้รับพระผงสมเด็จพระธรรมกายฝังทับทิม(พิมพ์กลม) รายละ ๑๐๐ บาทขึ้นไปจะได้รับพระผงสมเด็จพระธรรมกาย (พิมพ์กลม)** เป็นที่ระลึกจากคณะกรรมการจัดงานกฐินในครั้งนี้

จุดประสงค์หรือความมุ่งหมายอันหนึ่ง ที่จะต้องบอกกล่าวกับท่านผู้อ่านให้ได้ทราบกันคือ ปัจจัยหรือเงินอันได้รับบริจาคในงานบุญกฐินครั้งนี้ จะได้นำมาใช้จ่ายในเรื่องของ

๑) **การเผยแพร่ธรรมปฏิบัติ** แก่พระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกาและผู้สนใจทั่วไป

๒) **การก่อสร้างอุโบสถ** ที่ยังขาดงบประมาณอีกเล็กน้อย

๓) **การสร้างไฟฟ้าและถนน** ภายในบริเวณสถาบันฯ ซึ่งได้เริ่มไปแล้วบางส่วน

จึงนับว่าเป็นมหากุศลแก่ท่านเจ้าภาพ ที่จะได้เห็นผลแห่งบุญกิริยาอันท่านได้กระทำไว้ดีแล้วนี้ ทั้งในภพนี้และภพหน้าด้วยมนุษยสมบัติ สวรรคสมบัติและตลอดจนเป็นนิสัยปัจจัยส่งเสริมแก่หนทางแห่งนิพพานสมบัติอันบริบูรณ์ตลอดไป อ้อ..งานนี้มีบริการรถบัสรับ-ส่งฟรีทุกท่าน โดยเริ่มมีรถออกจากกรุงเทพฯ ที่วัดสระเกศฯ และวัดปากน้ำตั้งแต่เวลา ๐๗.๐๐ น. อย่าลืมไปร่วมบุญนี้กันทุกคนนะ

●●●

ธรรมกายในต่างแดน

นับเป็นเรื่องสำคัญที่จะต้องบันทึกไว้ในธรรมสภานี้ให้ชัดเจนว่า บัดนี้พวกเราเหล่าคณะศิษย์ของหลวงพ่อวัดปากน้ำ เริ่มมองเห็นภาพของการเผยแพร่และประดิษฐานวิชชาธรรมกายของพระพุทธเจ้าไว้ในต่างแดนชัดเจนขึ้นทุกที สมดังเจตนารมณ์ของหลวงพ่อที่ปรารถนาให้การเผยแพร่วิชชาธรรมกายมีขึ้นทั่วประเทศไทยและออกไปสู่นานาอารยประเทศ

เพราะระหว่างเมื่อวันที่ ๒๐ พ.ค. -๑ มิ.ย. ๓๓ **พระอาจารย์เสริมชัย ชยมงฺคโล** ได้รับอาราธนาให้ไป **แสดงธรรมบรรยายในสหรัฐอเมริกา** เกี่ยวกับหลักและวิธีปฏิบัติธรรมของพระพุทธศาสนาให้แก่ชาวไทยและชาวอเมริกันใน ๓ มลรัฐ คือ ที่ MINNESOTA ซึ่ง**มีอาจารย์ออมสิน ศ.การ์ดิเนอร์** อาจารย์ประจำ UNIVERSITY OF WINONA เป็นผู้ประสานงาน ส่วนที่ NEWYORK **มีคุณสุดเสงี่ยม เพ็ชรกุล** เป็นผู้ประสานงาน และที่ WASHINGTON D.C. มี **คุณสมชาย เทียมบุญประเสริฐ** ผู้ช่วยที่ปรึกษาด้านวิทยาศาสตร์ฯ ประจำสถานฑูตไทยที่นั่นเป็นผู้ประสานงาน ซึ่งปรากฏว่าเป็นที่สนใจของชาวไทยและชาวอเมริกันอย่างมากมาย โดยทุกแห่งทุกสถานที่ที่ไปทำการบรรยายและสอนการเจริญภาวนาทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษนั้น จะมีผู้เข้ารับฟังกันเป็นอันมาก และเมื่อสิ้นสุดรายการก็มักจะมีผู้สนใจไต่ถามข้อสงสัยต่าง ๆ เสมอ ทั้งนี้ไม่ว่าจะเป็นที่**วัดไทย ดี.ซี.** หรือสถาบันการศึกษาเช่น CARLETON COLLEGE และ**วัดวชิรธรรมปทีป** ต่างได้รับผลที่น่าพอใจอย่างยิ่ง นับว่าเป็นนิมิตหมายที่ดีในส่วนของการเผยแพร่พระพุทธศาสนาในต่างประเทศ

ส่วนที่ประเทศมาเลเซีย หลวงพ่อชยมงฺคโลก็ได้รับอาราธนาให้ไปสอนและควบคุมพระกัมมัฏฐานอีกครั้งที่**วัดแม่ลิ้ว** และ**วัดไทยเชตวัน** ในกรุงกัวลาลัมเปอร์ เมื่อวันที่ ๓๐ ก.ค. - ๔ ส.ค. ๓๓ ซึ่งเป็นที่ทราบกันดีแล้วว่าที่นั่นได้มีผู้เข้าถึงธรรมกายในตัวกันหลายท่านแล้ว ฉะนั้นการเดินทางไปครั้งนี้จึงเป็นการไปให้ความรู้และเทคนิคต่าง ๆ ในการเจริญภาวนาวิชชาธรรมกาย ให้ผู้ปฏิบัติได้มีความรุดหน้าไปอีก ซึ่งเป็นเรื่องที่น่ายินดีและอนุโมทนาอย่างยิ่งที่พระสัทธรรมของพระพุทธเจ้าได้ไปปรากฏและประดิษฐานอย่างมั่นคง และจะได้อำนวยประโยชน์แก่ผู้ประพฤติธรรมเหล่านั้นสืบต่อไป..สาธุ

●●●

ธรรมะในตลับ

บัดนี้งานการผลิตวีดีโอเทปธรรมปฏิบัติภาคภาษาไทยได้สำเร็จลงด้วยความเรียบร้อย เมื่อเริ่มออกสู่สายตาก็มีเจ้าภาพหลายท่านจัดส่งเป็นธรรมบรรณาการแก่วัดและพระอาจารย์สำนักต่าง ๆ ทั่วประเทศ ทั้งนี้เนื่องด้วยวิทยาการและเทคโนโลยีสมัยปัจจุบัน ได้มีส่วนช่วยให้การสร้างแบบฉบับอันถูกต้อง **ซึ่งเป็นมาตรฐานของการปฏิบัติเจริญภาวนาวิชชาธรรมกายในขั้นต่าง ๆ ที่เที่ยงตรงถูกต้องสมบูรณ์ตามที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำได้ถ่ายทอดไว้แก่ศิษย์ของท่านนี้** ได้มีการบันทึกเอาไว้ในเทปภาคภาษาไทยเหล่านี้อย่างสมบูรณ์ นับเป็นประโยชน์อันมหาศาลในแง่ของการเผยแพร่ที่จะได้เป็นมาตรฐานอันเดียวกันหนึ่ง และในแง่ของผู้ปฏิบัติภาวนาที่ต้องการหลักและวิธีที่

ถูกต้อง ที่ตนกำลังก้าวเดินต่อไปอีกหนึ่ง เพราะวีดีโอชุดนี้จะประกอบไปด้วย **เรื่องสมถวิปัสสนาเบื้องต้น โดยพระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี และธรรมบรรยายเรื่อง พระนิพพาน โดยหลวงพ่อชยมงฺคโล** ๑ ม้วน และเรื่อง **พุทธภาวนาวิชชาธรรมกายเบื้องต้น-กลาง-ขั้นสูง** อย่างละ ๑ ม้วน รวมทั้งชุดจำนวน ๔ ม้วน ๆ ละ ๑๘๐ นาที

จึงนับว่าเป็นเรื่องที่น่ายินดียิ่งในหมู่ของผู้รักการปฏิบัติภาวนาที่จะได้มีโอกาสฝึกฝนทบทวนธรรมะของตนได้อย่างถูกต้องและมากครั้งเท่าที่ต้องการ เพราะท่านสามารถนำไปเปิดชมและปฏิบัติตามได้ถึงที่บ้านของแต่ละท่าน ที่สำคัญอีกประการก็คืออานิสงส์จากการเผยแพร่ธรรมปฏิบัติด้วยการส่งเทปชุดนี้ไปยังสำนักปฏิบัติตามจังหวัดต่าง ๆ ก็ย่อมเป็นโอกาสอันดีของเจ้าภาพผู้มีเจตนาอันน่าอนุโมทนานี้ หากท่านสนใจในรายละเอียดขอเชิญติดต่อได้ที่สำนักงานมูลนิธิฯ ได้ทุกวัน อนึ่ง เทปวีดีโอภาคภาษาอังกฤษนั้นได้ทำเสร็จก่อนหน้านี้แล้ว

ก่อนปิดธรรมสภาหนนี้ ก็ขอชักชวนกันว่าขออย่าลืมไปร่วมบุญกฐิน ที่สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกายให้ได้นะครับ เพราะมีพระพุทธดำรัสว่า "**สพฺเพสํ สงฺฆภูตานํ สามคฺคี วุฑฺฒิสาธิกา**" ความว่า **ความพร้อมเพรียงของหมู่ ย่อมยังประโยชน์ให้สำเร็จ**

●●●

อาสาฬหบูชา

๗ ก.ค. ๓๓

พุทธศาสนิกชนและนักศึกษาจากโรงเรียนราชินีบูรณะ จ.นครปฐม ร่วมกันปฏิบัติธรรม ถวายผ้าอาบน้ำฝน และเวียนเทียนรำลึกถึงคุณพระรัตนตรัย เนื่องในโอกาสวันสำคัญนี้ที่สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย

Prof. Dr.Roger Jackson กำลังแนะนำ พระเสริมชัย ชยมงฺคโล แก่นักศึกษาชั้นปริญญาโท ภาควิชาการศาสนา มลรัฐมิเนโซต้า ประเทศสหรัฐอเมริกา ก่อนอาราธนาพระเสริมชัยบรรยายธรรม เรื่อง หลักปฏิบัติสมถวิปัสสนากัมมัฏฐาน เพื่อความพ้นทุกข์ตามแนวทางพระพุทธศาสนา เมื่อวันที่ ๒๒ พ.ค. ๒๕๓๓

พระเสริมชัย ชยมงฺคโล ได้รับอาราธนาไปบรรยายธรรม และสอนภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ของพระพุทธเจ้า ที่พระเดชพระคุณ **หลวงพ่อวัดปากน้ำ พระมงคลเทพมุนี** (สด จนฺทสโร) ถ่ายทอดไว้ ณ วัดวชิรธรรมประทีป นครนิวยอร์ค ประเทศสหรัฐอเมริกา ระหว่างวันที่ ๒๔-๒๗ พฤษภาคม ๒๕๓๓ ปรากฏว่ามีผู้สนใจทั้งชาวไทยและชาวอเมริกันมารับฟังและฝึกปฏิบัติธรรมกันเป็นจำนวนมากถึงวันละ ๒-๔ รอบ

ได้รับอาราธนาจากพระคุณเจ้าธรรมศิริ เจ้าสำนักพุทธวิหาร วอชิงตัน ดี.ซี. ให้บรรยายและสอนภาวนาธรรมแก่สมาชิกของสำนักปฏิบัติธรรมแห่งนี้ เมื่อวันที่ ๒๘ พฤษภาคม ๒๕๓๓ ปรากฏว่ามีสมาชิกชาวอเมริกันเชื้อชาติต่าง ๆ เช่น ศรีลังกา อินเดีย พม่า จีน เวียดนาม ลาว เขมร ฝรั่งเศส และอเมริกัน มารับฟังและเข้ารับการอบรมเป็นจำนวนมาก

ในงานเลี้ยง (เพล) รับรอง โดย ดร.พี. พอล แบลคเบิร์น อดีตผู้อำนวยการสำนักข่าวสารอเมริกัน กรุงเทพฯ ซึ่งปัจจุบันดำรงตำแหน่งรองผู้อำนวยการฝ่ายการศึกษาและวัฒนธรรม สำนักแถลงข่าวสหรัฐอเมริกา USIA ณ นครวอชิงตัน ดี.ซี. ในงานนี้มีอดีตผู้อำนวยการสำนักข่าวสารอเมริกัน กรุงเทพฯ ปัจจุบันเป็นข้าราชการชั้นผู้ใหญ่ ประจำสำนักงานแถลงข่าวสหรัฐอเมริกา และข้าราชการชั้นผู้ใหญ่อีกหลายท่าน มาร่วมงานด้วย

นักศึกษาชาย-หญิงจากวิทยาลัยเทคนิคราชบุรี จ.ราชบุรี จำนวน ๑,๕๐๐ คน ได้เข้ารับการอบรมศีลและธรรมปฏิบัติ ตลอดจนความรู้ทางพระพุทธศาสนา ระหว่างวันที่ ๓-๘ พฤษภาคม ๒๕๓๓ ณ สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี ทั้งยังได้ช่วยกันพัฒนาตกแต่งพื้นที่บริเวณสวนหินลานธรรมให้ดูสวยงามยิ่งขึ้นอีกด้วย

นิพพานวิภาวนา อธิคมสัทธรรมกถา*

รจนาโดย

พระอมราภิรักขิต (อมโร เกิด) วัดบรมนิวาส **

ทรงชำระโดย

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส

ถามว่า **นิพพาน** แปลว่าอะไร? แก้ว่า **นิพพาน** แปลว่าธรรมเป็นที่ดับแห่งกิเลสัคคิ เพลิง คือกิเลส และทุกขัคคิ เพลิงคือทุกข์ ราคะความกำหนัด โทสะ ความประทุษร้าย โมหะ ความหลง ๓ นี้ ชื่อว่ากิเลสัคคิ เพราะเกิดขึ้นกับจิต ทำจิตให้เศร้าหมองขุ่นมัวด้วย และให้จิตเร่าร้อนกระสับกระส่ายด้วย จึงชื่อว่า กิเลสัคคิ ชาติ ความเกิด ชรา ความแก่ มรณะ ความตาย โสกะ ความแห้งใจ ปริเทวะ ความสะอื้นอาลัย ทุกข์ ความเจ็บกาย โทมนัส ความเสียใจ ความเจ็บใจ อุปายาส ความคับแค้นใจ เหล่านี้ชื่อว่าทุกขัคคิ เพราะเป็นเหตุแห่งความทุกข์และเป็นตัวทุกข์เหลือทน เผาสัตว์อยู่ให้เร่าร้อนดังกองเพลิง จึงชื่อว่า

** จากหนังสือ สัตตปัพพบุพพสิกขา และ บุพพสิกขาวรรณา รจนาโดย ท่านพระอมราภิรักขิต จัดพิมพ์โดย มหามกุฏราชวิทยาลัย ครั้งที่ ๓/๒๕๒๙, หน้า ๖๐-๖๙.*

*** อดีตเจ้าอาวาสวัดบรมนิวาส องค์ที่ ๒ เป็นพระเถระในคณะธรรมยุตซึ่งนับเข้าในหมู่พระศิษย์หลวงเดิม เป็นสัทธิวิหาริกแห่งพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว เมื่อทรงผนวชอยู่ เป็นเปรียญ ๙ ประโยค เป็นผู้เคร่งครัดในพระวินัยและดำเนินในปฏิบัติศาสนาด้วย*

ทุกขัคคิ กิเลสัคคิ และทุกขัคคิเหล่านี้เมื่อถึงพระนิพพาน อาศัยพระนิพพานแล้วดับไป และไม่มีในพระนิพพาน เพราะเหตุนั้น นิพพานจึงแปลว่า ธรรมเป็นที่ดับแห่งเพลิง คือกิเลส และเพลิงคือทุกข์ ด้วยกล่าวว่า เพลิงทุกข์คือชาติ และชรา มรณะดับ ไม่มีในพระนิพพานนั้น ให้นักปราชญ์พึงรู้เถิดว่าขันธ์ทั้งห้า คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ไม่มีในพระนิพพาน ด้วยเหตุว่าชาติความบังเกิดนั้น คือความมีขึ้นเป็นขึ้นแห่งปัญจขันธ์ ชื่อว่าชาติ ความแก่เก่าสุกรอบแห่งปัญจขันธ์ ชื่อว่าชรา เมื่อกล่าวว่าชาติและชราดับ ก็ได้ชื่อว่ากล่าวว่าปัญจขันธ์ดับ ไม่มีในพระนิพพาน ด้วยพระนิพพานเป็นวิสังขาร ปราศจากสังขาร คือนามรูปและปัญจขันธ์ เพราะเหตุนั้นพระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า

"**เอตํ สนฺตํ เอตํ ปณีตํ ยทิทํ สพฺพสงฺขารสมโถ สพฺพุปธิปฏินิสฺสคฺโค ตณฺหกฺขโย นิโรโธ นิพฺพานํ**" แปลว่า **เอตํ สนฺตํ** ธรรมชาตินั้นเป็นของรำงับเป็นของละเอียด **เอตํ ปณีตํ** ธรรมชาตินั้นเป็นของประณีตอุดม **ยทิทํ** คือว่า **สพฺพสงฺขารสมโถ** ธรรมเป็นที่รำงับแห่งสังขารทั้งปวง **สพฺพุปธิปฏินิสฺสคฺโค** ธรรมเป็นที่สลัดคืนซึ่งอุปธิทั้งปวง **ตณฺหกฺขโย** ธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งตัณหา **นิโรโธ** ธรรมเป็นที่เงียบหาย **นิพฺพานํ** ธรรมเป็นที่ดับ" คำเหล่านี้เป็นชื่อแห่งพระนิพพานทั้งสิ้นด้วยคำว่า **สพฺพสงฺขารสมโถ สพฺพุปธิปฏินิสฺสคฺโค** นี้

แสดงว่าสรรพสิ่งทั้งปวง ซึ่งเป็นเหตุภายใน คือกุศลากุศลและกิเลสก็ดี และผลภายใน คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ อันเป็นวิบากขันธ์ก็ดี และเหตุภายนอกมีฤดูเป็นต้นก็ดี และผลภายนอกมีต้นไม้แผ่นดินฟ้าอากาศอาทิตย์จันทร์เป็นต้นก็ดี ไม่มีในพระนิพพาน ด้วยว่าความเพียรชื่อว่าสังขาร กุศลากุศลก็ชื่อว่าสังขาร สิ่งทั้งปวงที่เกิดด้วยเหตุภายในคือกุศลากุศลดังปัญจขันธ์ก็ดี และสิ่งที่เกิดด้วยเหตุภายนอกมีฤดูเป็นต้น ดังต้นไม้และแผ่นดินเป็นต้นก็ดีก็ชื่อว่าสังขาร ๆ ทั้งปวงเหล่านี้ไม่มีในพระนิพพาน ๆ จึงชื่อว่า **สพฺพสงฺขารสมโถ** เป็นที่รำงับแห่งสังขารทั้งปวง และกิเลสก็ชื่อว่าอุปธิ กุศลากุศล ก็ชื่อว่าอุปธิ ปัญจขันธ์ก็ชื่อว่าอุปธิ กิเลสกามและวัตถุกามก็ชื่อว่าอุปธิ ๆ ทั้งปวงเหล่านี้ไม่มีในพระนิพพาน พระนิพพานจึงชื่อว่า **สพฺพุปธิปฏินิสฺสคฺโค** เป็นที่สลัดคืนซึ่งอุปธิทั้งปวง อนึ่ง ด้วยคำทั้งสองนั้นแสดงว่าพระนิพพานไม่มีสีเขียวเหลือง เป็นต้น และสัณฐานยาวสั้นใด ๆ และไม่มีที่ประดิษฐาน ณ ทิศใด ณ ตำบลใด ไม่มีธรรมสิ่งใดเป็นอารมณ์ แต่เป็นอารมณ์แห่งอริยมรรคปัญญา เพราะเหตุนั้น พระผู้มีพระภาคจึงได้เปล่งอุทานวาจาว่า

"**อตฺถิ ภิกฺขเว ตทายตนํ** ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย **อายตนะนั้นมีอยู่ ยตฺถ** ในอายตนะไรเล่า **เนว ปฐวี** ดินก็หาไม่เลย **น อาโป** น้ำก็หาไม่ **น เตโช**ไฟก็หาไม่ **น วาโย** ลมก็หาไม่ **น อากาสานญฺจายตนํ** อากาสานัญจายตนะก็หาไม่ **น วิญฺญานญฺจายตนํ** วิญญานัญจายตนะก็หาไม่ **น อากิญฺจญฺญายตนํ** อากิญจัญญายตนะก็หาไม่ **น เนวสญฺญานาสญฺญายตนํ** เนวสัญญานาสัญญายตนะก็หาไม่ **นายํ โลโก** โลกนี้ก็หาไม่ **น ปโร โลโก** โลกหน้าก็หาไม่ **น อุโภ จนฺทิมสุริยา** จันทร์และอาทิตย์ทั้ง ๒ ก็หาไม่ **ตตฺถปหํ ภิกฺขเว เนว อาคตึ วทามิ** ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราผู้ตถาคตย่อมไม่กล่าวเลยซึ่งอายตนะ แม้นั้นว่า มีกิริยาอันมาดังมาจากบ้านโน้นถึงบ้านนี้ **น คตึ** เราย่อมไม่กล่าวว่ามีกิริยาอันไป ดังไปจากบ้านนี้ถึงบ้านอื่น **น ฐิตึ** เราย่อมไม่กล่าวว่ามีกิริยาอันหยุดอยู่ **น จุตึ** เราย่อมไม่กล่าวว่ามีความเคลื่อน **น อุปปตฺตึ** เราย่อมไม่กล่าวว่ามีความบังเกิดขึ้น **อปฺปติฏฺฐํ** อายตนะนั้นเป็นธรรมไม่ตั้งอยู่ ณ ที่ใด หรือไม่มีที่ตั้งว่าอยู่ในทิศใดตำบลใด **อปฺปวตฺตํ** เป็นของไม่มีปวัตติความเป็นไป **อนารมฺมณํ** เป็นของไม่มีธรรมชาติสิ่งใดเป็นอารมณ์ **เอเสวนฺโต ทุกฺขสฺส** นั่นแลเป็นที่สุดแห่งทุกข์"

พระสูตรนี้แสดงลักษณะแห่งพระนิพพาน ด้วยคำว่า ดิน น้ำ ลม ไฟ ก็หาไม่ แสดงว่าไม่มีในพระนิพพาน ๆ เป็นอรูปธรรม ด้วยคำว่า อากาสานัญจายตนะเป็นต้น ก็หาไม่นั้น แสดงว่า นามธรรม คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ แม้ละเอียดสุขุมประหนึ่งว่าจะไม่มี ดังเนวสัญญานาสัญญายตนะไม่มีในพระนิพพาน พระนิพพานเป็นอนามธรรม ใช่อารัมมณิกนามธรรม ตัวนามกอปรด้วยอารมณ์เป็นเครื่องยึด, ก็แลในประเภทแห่งธรรมแสดงนามรูปบางแห่ง ท่านจัดพระนิพพานเข้าในประเภทแห่งนามธรรมนั้น ประสงค์ว่าพระนิพพานเป็นอารมณ์แห่งอริยมรรคปัญญา ควรพระอริยเจ้าจะน้อมเข้ามาด้วยจิตอันสัมปยุตด้วยมรรคและผลได้เท่านั้น ใช่จะแสดงว่าพระนิพพานเป็นอารัมมณิกนามธรรม คือเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีในพระนิพพานก็หาไม่ ด้วยคำว่าโลกนี้ก็หาไม่เป็นต้นนั้นแสดงว่าพระนิพพานไม่มีที่ประดิษฐานตั้งอยู่ในทิศใดตำบลใด และไม่ประดิษฐานดำรงอยู่ในทิศใดตำบลใด ด้วยคำนี้แล ห้ามความเห็นผิดแห่งพาลชนทุกวันนี้ว่า พระนิพพานเป็นเมืองแก้วอันวิเศษเกษมไพศาลสำราญนิราศภัย และห้ามความถือว่าพระนิพพานเป็นดังรูปฟัก หรือดังรูปพรหม ไม่มีจิตสัญญานอนนิ่งอยู่ในกาลทั้งปวงด้วย

ถามว่า ถ้าอย่างกล่าวมานี้ **ความสูญเปล่าไม่เป็นไม่มีแห่งสรรพสิ่งทั้งปวงหรือเป็นพระนิพพาน?** แก้ว่า **หาไม่** ถ้าจะว่าความสูญเช่นนั้นเป็นพระนิพพานแล้วไซร้ พระนิพพานก็ชื่อว่าไม่มี คำที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า **อายตนะคือพระนิพพานนั้นมีอยู่** คำนั้นก็ผิด **พระนิพพานเป็นของมีแท้ จึงเป็นทุกขนิโรธอริยสัจ** ของจริงของพระอริยเจ้าส่วนหนึ่ง**เป็นอสาธารณธรรม ไม่ทั่วไปแก่ปุถุชน ๆ ไม่อาจเห็นได้ เพราะไม่มีดวงตาคืออริยมรรคญาณ พระอริยเจ้าท่านกระทำให้แจ้งเห็นประจักษ์ด้วยอริยมรรคญาณ** ดังบุคคลผู้ได้เจโต

ปริยญาณ รู้จิตตวารแห่งผู้อื่นฉะนั้น และปุถุชนไม่เห็นธรรมสิ่งใด จะกล่าวว่าธรรมสิ่งนั้นไม่มีไม่ได้

อนึ่ง ถ้าจะว่าพระนิพพานไม่มีแล้วไซร้ สัมมาปฏิปทา คือ อริยมรรคประดับด้วยองค์ ๘ มีสัมมาทิฐิเป็นต้น ซึ่งสงเคราะห์ด้วยไตรสิกขานั้นก็เป็นหมันเพราะให้ถึงความไม่มีแห่งปัญจขันธ์ ที่เป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ในเบื้องหน้าเล่าไซร้ ก็ไม่ชอบ เพราะว่าความถึงพระนิพพานในความไม่เป็นไม่มีแห่งปัญจขันธ์ซึ่งเป็นอดีตอนาคตไม่มี อนึ่งจะประสงค์ว่าความไม่เป็นไม่มีแห่งปัญจขันธ์ที่เป็นปัจจุบันเป็นพระนิพพานเล่าไซร้ก็ไม่ชอบ เพราะขณะแห่งอริยมรรคปัญญาเกิดขึ้นเห็นพระนิพพานนั้น ปัญจขันธ์ก็ยังมีปรากฏเฉพาะหน้าอยู่ไม่สูญไป อนึ่ง ความถึงสอุปาทิเสสนิพพานเล่า ก็มีก็เป็นในขณะมรรคอาศัยซึ่งปัญจขันธ์ซึ่งเป็นปัจจุบันเกิดขึ้น อนึ่ง จะประสงค์ว่า ความไม่มีไม่เป็นไปแห่งกิเลสเป็นปัจจุบัน และเป็นพระนิพพานเล่าไซร้ อริยมรรคก็จะเป็นของไม่มีประโยชน์ เพราะว่าก่อนแต่อริยมรรคบังเกิด กิเลสก็ไม่มีไม่เป็นไปอยู่แล้ว ด้วยอำนาจโลกิยวิปัสสนาปัญญา อนึ่ง ถ้าว่าประสงค์ความไม่มีกิเลสเป็นพระนิพพานแล้วไซร้ นอนหลับสนิทก็จะเป็นพระนิพพานได้ เพราะกิเลสไม่มีในเวลาหลับสนิทนั้น อนึ่ง ถ้าประสงค์ ราคักขัย ความสิ้นราคะ โทสักขัย ความสิ้นโทสะ โมหักขัย ความสิ้นโมหะ ตามชมพูขาทกสูตรเป็นต้น ว่าเป็นพระนิพพานแล้วไซร้โทษก็มีมาก คือ พระนิพพานก็จะเป็นอิตตรกาล มีกาลเวลานิดหนึ่งครู่หนึ่งแต่เพียงสิ้นกิเลสไปเท่านั้น อย่างหนึ่งก็จะตกลงในลักษณะแห่งสังขตธรรม อย่างหนึ่งก็จะเป็นของได้ด้วยง่าย ไม่พึงถึงสัมมาวายามะก็จะพึงถึงได้ ก็แลเมื่อตกลงในลักษณะแห่งสังขตธรรมเพราะมีกาลครู่หนึ่งแล้วไซร้ พระนิพพาน ก็จะนับเนื่องเข้าในสังขตธรรม เพราะเนื่องเข้าในสังขตธรรม ก็จะเป็นของร้อนด้วยเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์ เพราะเป็นของร้อนพระนิพพานก็จะเป็นทุกข์

อนึ่ง ราคาทิขัย ความสิ้นราคะเป็นต้น เป็นพระนิพพานแล้วไซร้ พระนิพพานก็จะมีมาก ความสิ้นราคะ โทสะ โมหะ ก็จะเป็นพระนิพพานอันหนึ่ง ๆ อีกอย่างหนึ่ง พระนิพพานก็จะเป็นของหยาบแม้คนพาลก็จะพึงรู้ได้ด้วยง่าย อย่างหนึ่งพระนิพพานก็จะไม่เป็นอารมณ์แห่งโคตรภูญาณและมรรคได้ อนึ่งจะประสงค์ว่าตั้งแต่ความสิ้นกิเลสอันใดไป กิเลสอันนั้นไม่เป็นต่อไปได้อีก ความสิ้นกิเลสเช่นนั้นเป็นพระนิพพานเล่าไซร้ก็ไม่ชอบ เพราะความสิ้นกิเลสเช่นนั้นไม่มีไม่เป็น ถ้าหากว่ามีเป็นก็ไม่พ้นโทษดังกล่าวมาได้ อนึ่ง พระอริยมรรค ก็จะเป็นพระนิพพานไปเพราะว่ามรรคและผลพระมีผู้พระภาคกล่าวด้วยชื่อว่า ราคกฺขโย โทสกฺขโย โมหกฺขโย เหมือนชื่อพระนิพพานก็มีอยู่ ราคกฺขโย โทสกฺขโย โมหกฺขโย ถ้าเป็นชื่อแห่งมรรค ต้องแปลว่า ธรรมเป็นเหตุสิ้นไปแห่งราคะ โทสะ โมหะ เพราะการฆ่ากิเลสเป็นกิจแห่งมรรค ถ้าเป็นชื่อแห่งผล ต้องแปลว่า ความสิ้นไปแห่งราคะ โทสะ โมหะ เพราะอรหัตผลเกิดในที่สุดแห่งความสิ้นกิเลส ถ้าเป็นชื่อแห่งพระนิพพานต้องแปลว่า ธรรมเป็นที่สิ้นแห่งราคะ โทสะ โมหะ

เพราะว่ากิเลสมาถึงพระนิพพาน ซึ่งเป็นอารมณ์แห่งมรรคแล้วแลสิ้นไป ตั้งแต่อริยมรรคเป็นเครื่องสิ้นไปแห่งกิเลสเกิดขึ้น กิเลสไม่เป็นต่อไปได้อีก อริยมรรคจึงเป็นอนุปปัตตินิโรธ ดับทีเดียวแห่งกิเลสไม่เกิดอีก ส่วนพระนิพพานย่อมเป็นอุปนิสัยแก่อริยมรรคนั้น คือว่าเป็นอารมณ์เป็นปัจจัยมีกำลังแก่อริยมรรคนั้นโดยปริยาย พระนิพพานนั้น พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า ราคกฺขโย โทสกฺขโย โมหกฺขโย ธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งราคะ โทสะ โมหะ กล่าวดังนี้ด้วยผลุปจารโวหาร คือกล่าวเหตุด้วยผล ในที่นี้ประสงค์พระนิพพานเป็นเหตุ มรรคเป็นผล เพื่อจะชี้อธิบายบทว่า ราคกฺขโย โทสกฺขโย โมหกฺขโย นี้เท่านั้น ถ้าจะกล่าวโดยเหตุผลตามอริยสัจจกถามรรคเป็นเหตุ พระนิพพานเป็นผล อนึ่ง ความว่างเปล่าและความไม่มีไม่เป็นแห่งปัญจขันธ์เป็นต้นและความสักว่าสิ้นไปแห่งกิเลสเป็นพระนิพพานเป็นของลึก และตรัสว่าเป็นอสังขตธรรมเล่า พระผู้มีพระภาคตรัสว่า พระนิพพานเป็นของลึกดังนี้

"**คมฺภีโร จายํ ธมฺโม** ธรรมคือพระนิพพานเป็นของลึก **ทุทฺทโส** อันบุคคลเห็นด้วยยาก **ทุรานุโพโธ** อันบุคคลตรัสรู้ตามด้วยยาก **สนฺโต** เป็นของรำงับ **ปณีโต** เป็นของประณีต **อตกฺกาวจโร** ไม่เป็นที่ลงเที่ยวไปแห่งความวิตก คือว่าปุถุชนจะตรึกนึกคาดคะเนเอาเองไม่ได้ **นิปุโณ** เป็นของละเอียด **ปณฺฑิตเวทนิโย** เป็นของอันบัณฑิต คือพระอริยเจ้าจะพึงรู้แจ้ง ปุถุชนไม่รู้แจ้ง

ก็แลพระผู้มีพระภาคทรงแสดงว่าเป็นอสังขตธรรมนั้นโดยนัยหลายอย่าง อธิบายโดยสังเขปดังนี้ว่า ธรรมทั้งปวงกล่าวโดยย่อมีประเภท ๒ คือ สังขตธรรมและอสังขตธรรม

สังขตธรรม แปลว่า ธรรมอันปัจจัย คือฤดูและกุศลากุศลเป็นต้น ตกแต่งให้มีให้เป็นขึ้น ได้แก่สังขารทั้งปวงดังรูปกายในภายนอกก็ดี และอารัมมณิกนามธรรมอันเป็นกุศล จนถึงมรรคถึงผลก็ดี* และอกุศลทั้งปวงก็ดี และอพยากตธรรม ซึ่งเป็นอารัมมณิกธรรมก็ดี ชื่อว่าสังขตธรรม เพราะประกอบด้วยสังขตลักษณะ ๓ ดังนี้ คือความเกิด

ขึ้นย่อมปรากฏอย่างหนึ่ง ความดับไปย่อมปรากฏอย่างหนึ่ง ความตั้งอยู่แล้วและแปรไปเป็นอย่างอื่นย่อมปรากฏอย่างหนึ่ง เพราะประกอบ ด้วยสังขตลักษณะ ๓ ดังนี้ จึงชื่อว่าสังขตธรรม

อสังขตะ แปลว่า ธรรมอันปัจจัยสิ่งใดสิ่งหนึ่งไม่ได้ตกแต่งให้มีขึ้นให้เป็นขึ้น ได้แก่พระนิพพานสิ่งเดียว เพราะพระนิพพานประกอบด้วยอสังขตลักษณะ ๓ ดังนี้ คือความเกิดขึ้นก็ไม่ปรากฏอย่างหนึ่ง ความดับไปก็ไม่ปรากฏอย่างหนึ่ง ความตั้งอยู่แล้วแปรไปเป็นอย่างอื่นก็ไม่ปรากฏอย่างหนึ่ง เพราะพระนิพพานประกอบด้วยอสังขตลักษณะ ๓ ดังนี้ จึงชื่อว่าอสังขตธรรม ความสูญเปล่าความไม่มีแห่งปัญจขันธ์และความสักว่าสิ้นไปแห่งกิเลสนั้น จะเป็นของลึกของเห็นยากสักกี่มากน้อย จะเป็นอสังขตธรรมอย่างไรได้ เพราะเหตุนั้น **ปราชญ์พึงรู้เถิดว่า พระนิพพานเป็นธรรมธาตุอันหนึ่งมีอยู่แท้ ใช่ความสูญเปล่า ใช่ความไม่มีแห่งสังขาร ใช่ความสักว่าไม่มีแห่งกิเลสเป็นพระนิพพาน**

ถามว่า พระนิพพานมีอยู่ เหตุใดพระผู้มีพระภาคจึงไม่แสดงโดยสรุปชี้องค์พระนิพพานให้ชัดเหมือนอย่างมรรคและผลเล่า? แก้ว่า แสดงอย่างนั้นไม่ได้ เพราะพระนิพพานเป็นของสุขุมละเอียดนักก็แลความที่พระนิพพานเป็นของสุขุมละเอียดนั้นย่อมปรากฏอยู่ด้วย พาให้พระผู้มีพระภาคมีขวนขวายน้อยในการที่จะแสดงธรรมในเวลาเมื่อพระองค์แรกได้ตรัสรู้ อย่างหนึ่งปรากฏ เพราะพระ

---

*"ความที่ว่า "จนถึง **มรรค** ถึง **ผล** ก็ดี" นี้ พระเดชพระคุณท่านคงจะหมายเอาคุณธรรมตั้งแต่โลกิยมรรคและผลดังเช่นความหลุดพ้นจากกิเลสชั่วคราวด้วยการข่มกิเลส (วิขัมภนวิมุตติ) เป็นต้นไป ถึงพระอริยมรรคและผลในขั้นโลกุตตรธรรมตั้งแต่พระโสดาปัตติมรรค อันเป็นพนักงานปหานสัญโญชน์เบื้องต่ำ (สักกายทิฏฐิวิจิกิจฉา และ สีลัพพตปรามาส) ตลอดไปถึงพระอรหัตมรรค ซึ่งเป็นพนักงานปหานสัญโญชน์เบื้องสูง (รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ และอวิชชา) ซึ่งนับรวม ๆ ว่าพระอริยมรรคและผลในระดับต่ำกว่า พระอรหัตผลและพระนิพพานนี้ ยังมีส่วนที่เป็นสังขารอันสัญโญชน์กิเลสเครื่องร้อยรัดให้ติดอยู่กับโลกปรุงแต่งอยู่ กระมัง? พระเดชพระคุณท่านจึงจัดคุณธรรมในขั้นมรรคและผลเข้าในจำพวกสังขารธรรมด้วย*

*ถ้าจะกล่าวแต่ เฉพาะเนื้อแท้แห่ง "**หมู่ธรรม**" คือ **ธรรมกายที่บรรลุพระอริยมรรคและผล ตั้งแต่ระดับพระโสดาบันบุคคลขึ้นไปแล้ว** เป็นโลกุตตรธรรมโดยแท้ และในส่วนพระโลกุตตรธรรมนี้ ก็เป็นธรรมชาติที่อกุศลธรรมคือสัญโญชน์อันพระอริยมรรคปหานได้แล้วนั้นปรุงแต่งไม่ได้อีก เป็นคุณธรรมไม่กลับกำเริบ (อกุปปธรรม) ด้วยกิเลสนั้นอีกแล้ว **ธรรมกายมรรคและผลอันเป็นโลกุตตรธรรมนั้น จึงเป็นธรรมชาติที่เที่ยง(นิจฺจํ) เป็นสุข(สุขํ) และยั่งยืน(ธุวํ) ยิ่ง ๆ ขึ้นไปตามระดับ ภูมิธรรมที่ปฏิบัติได้ จนถึงธรรมกายพระอรหัตผลและพระนิพพาน อันเป็นอสังขตธาตุ อสังขตธรรม คือธาตุธรรมที่ไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง และเป็นวิราคธาตุวิราคธรรม** คือ **ธาตุธรรมที่บริสุทธิ์จากกิเลส อวิชชา ตัณหา ราคะโดยสิ้นเชิง แท้ ๆ** - - - ชยมงฺคโล ภิกขุ.*

นิพพานเป็นของอันพระอริยเจ้าจะพึงเห็นด้วยดวงตาคืออริยมรรคปัญญา เพราะเหตุนั้นพระนิพพานจึงเป็นอสาธารณไม่ทั่วไปแก่ปุถุชน อนึ่ง พระนิพพานเป็นอัปปภวะ ไม่มีแดนเกิด คือไม่มีเงื่อนต้นว่ามีขึ้นครั้งพระพุทธเจ้าองค์โน้นก่อนนั้นไม่มี อนึ่ง จะว่าพระนิพพานเป็นปภวะมีธรรมเป็นแดนเกิด เพราะพระอริยมรรคให้เกิดขึ้นเล่าไซร้ก็ไม่ชอบ ด้วยพระนิพพานนั้นเป็นของอันพระอริยเจ้าจะพึงถึงพึงได้ด้วยอริยมรรคต่างหาก มิใช่เป็นธรรมอันพระอริยมรรคให้มีให้เป็นให้เกิดขึ้น เพราะเหตุนั้น พระนิพพานจึงเป็นอัปปภวะไม่มีแดนเกิด เพราะพระนิพพานไม่มีแดนเกิดจึงเป็นอชรามรณะ ไม่มีความแก่ความตาย **เพราะไม่มีธรรมเป็นแดนเกิด** และ**ไม่มีความแก่ความตาย พระนิพพานจึงเป็นธรรมอันเที่ยง** เพราะเหตุดังกล่าวมานี้แล **พระนิพพานจึงเป็นของมีแท้โดยปรมัตถ์** เพราะเป็นธรรมอันบุคคลจะพึงได้ด้วยญาณวิเศษซึ่งสำเร็จด้วยความเพียรอันไม่หย่อน อนึ่ง เพราะคำแห่งพระพุทธเจ้าผู้เป็นสัพพัญญูตรัสดังนี้ว่า

"**อตฺถิ ภิกฺขเว** ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย มีอยู่โดยแท้ **อชาตํ** คือธรรมชาติ ชื่อว่าอชาตะ เพราะเป็นของใช่ธรรมอันเกิดขึ้นด้วยประชุมพร้อมแห่งเหตุและปัจจัย* **อภูตํ** คือธรรมชาติชื่ออภูตะ เพราะใช่ธรรมเว้นจากเหตุเป็นขึ้นเอง** **อกตํ** คือธรรมชาติชื่ออกตะ เพราะเป็นของอันเหตุสิ่งใดไม่ได้กระทำ **อสงฺขตํ** คือธรรมชาติชื่อว่าอสังขตะ เพราะเป็นของอันเหตุและปัจจัยสิ่งใดไม่ได้แต่งขึ้น"

ด้วยพุทธวจนะดังนี้ **ปราชญ์พึงรู้เถิดว่า พระนิพพานเป็นของมีแท้ ด้วยคำว่าพระนิพพาน เป็นของอันบุคคลพึงได้ด้วยญาณวิเศษนั้น แสดงว่าพระนิพพานเป็นปัจจักขสิทธิ สำเร็จโดยประจักษ์แจ้งแก่พระอริยเจ้าจำพวกเดียว**

ด้วยอ้างสัพพัญญูวจนะนั้น แสดงว่าพระนิพพานเป็นอนุมานสิทธิ สำเร็จแก่ปุถุชนโดยอนุมานคาดคะเนว่ามีตามพุทธวจนะ โลกิยปัญญาซึ่งจะเห็นพระนิพพาน ก็มีอยู่แต่โคตรภูญาณอันเกิดในชวนวารเบื้องต้นแห่งมรรคชวนวาร ซึ่งไม่คืนมาเป็นโลกิยปัญญาอีก

นอกนั้น **โลกุตตรปัญญา คือมรรคญาณผลญาณอย่างเดียวเห็นพระนิพพาน.**

** มีกิเลส อวิชชา ตัณหา เป็นต้น - - - ชยมงฺคโล ภิกขุ.*

*** เป็นหมู่ธรรมอันเป็นขึ้นเอง พระพุทธองค์จึงทรงเรียกธรรมชาติผู้ทรงสภาวพระนิพพานว่า ธมฺมภูโต บ้าง **พรหฺมภูโต** บ้าง เป็นต้น - - - ชยมงฺคโล ภิกขุ.*

พระพุทธภาษิต:อาการตรัสรู้ ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ธรรมบรรยายโดย
ชยมงฺคโล ภิกฺขุ
วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กทม.

...ครั้นจิตตั้งมั่นบริสุทธิ์ผ่องใสไม่มีกิเลส ปราศจากกิเลสเป็นธรรมชาติอ่อนโยนควรแก่การงาน ถึงความไม่หวั่นไหวตั้งอยู่เช่นนี้แล้ว ก็น้อมจิตไปเฉพาะต่ออาสวักขยญาณ เราย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์ นี่เหตุแห่งทุกข์ นี่ความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ นี่ทางให้ถึงความดับไม่มีเหลือแห่งทุกข์ และเหล่านี้เป็นอาสวะทั้งหลาย นี้เหตุแห่งอาสวะทั้งหลาย นี่ความดับไม่มีเหลือแห่งอาสวะทั้งหลาย นี้เป็นทางให้ถึงความดับไม่มีเหลือแห่งอาสวะทั้งหลาย เมื่อเรารู้อยู่อย่างนี้ เห็นอยู่อย่างนี้ จิตก็พ้นจากกามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ

ดังจะขอยกตัวอย่างของการเจริญภาวนาเห็นกายในกาย เห็นเวทนาในเวทนา เห็นจิตในจิต และเห็นธรรมในธรรม **ซึ่งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้แสดงอาการตรัสรู้ของพระองค์เอง**

ปรากฏตามบาลีพระพุทธภาษิตมีมาในโพธิราชกุมารสูตรราชวรรค ม.ม.๑๓/๔๕๙/๕๐๕, สคาราสูตรพราหมณวรรค ม.ม.๓/๖๘๖/๗๕๕ แปลความว่า

ราชกุมาร! ครั้นเรากลืนกินอาหารหยาบ ทำกายให้มีกำลังได้แล้ว, เพราะสงัดจากกามและอกุศลกรรมทั้งหลาย จึงบรรลุ**ฌานที่ ๑** มีวิตกวิจาร มีปีติ

และสุขอันเกิดแต่วิเวกแล้วแลอยู่. เพราะสงบวิตกวิจารเสียได้ จึงบรรลุ**ฌานที่ ๒** เป็นเครื่องผ่องใสในภายใน เป็นที่เกิดสมาธิแห่งใจ ไม่มีวิตกวิจาร มีแต่ปีติและสุขอันเกิดแต่สมาธิแล้วแลอยู่. เพราะความจางไปแห่งปีติ ย่อมอยู่อุเบกขา มีสติสัมปชัญญะเสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุ**ฌานที่ ๓** อันเป็นฌานที่พระอริยเจ้ากล่าวว่า ผู้ได้ฌานนี้เป็นผู้อยู่อุเบกขามีสติอยู่เป็นสุข. และเพราะละสุขและทุกข์เสียได้ เพราะความดับหายไปแห่งโสมนัสและโทมนัสในกาลก่อน จึงได้บรรลุฌานที่ ๔ อันไม่ทุกข์ไม่สุข มีแต่ความที่สติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาแล้วแลอยู่.

เรานั้น ครั้นเมื่อจิตตั้งมั่นบริสุทธิ์ผ่องใสไม่มีกิเลส ปราศจากกิเลส เป็นธรรมชาติอ่อนโยนควรแก่การงาน ถึงความไม่หวั่นไหวตั้งอยู่เช่นนี้แล้ว ได้น้อมจิตไปเฉพาะต่อปุพเพนิวาสานุสติญาณ. เรานั้นระลึกถึงขันธ์ที่เคยอยู่อาศัยในภพก่อนได้หลายประการ คือระลึกได้ชาติหนึ่งบ้าง สองชาติ สามชาติ สี่ชาติ ห้าชาติ, สิบชาติ ยี่สิบชาติ สามสิบชาติ สี่สิบชาติ ห้าสิบชาติ, ร้อยชาติ พันชาติ แสนชาติบ้าง, ตลอดหลายสังวัฏฏกัป หลายวิวัฏฏกัป หลายสังวัฏฏกัปและวิวัฏฏกัปบ้าง, ว่าเมื่อเราอยู่ในภพโน้น มีชื่ออย่างนั้น มีโคตร มีวรรณะ มีอาหาร อย่างนั้น ๆ, เสวยสุขและทุกข์ เช่นนั้น ๆ มีอายุสุดลงเท่านั้น ๆ, ครั้นจุติจากภพนั้นแล้ว ได้เกิดในภพโน้น มีชื่อ โคตร วรรณะ อาหาร อย่างนั้น ๆ, ได้เสวยสุขและทุกข์เช่นนั้น มีอายุสุดลงเท่านั้น, ครั้นจุติจากภพนั้น ๆ ๆ แล้ว มา

เกิดในภพนี้ฯ เรานั้นระลึกถึงขันธ์ที่เคยอยู่อาศัยในภพก่อนได้หลายประการ พร้อมทั้งอาการและลักษณะดังนี้,ฯ ราชกุมาร! นี่เป็น**วิชชาที่ ๑** ที่เราได้บรรลุแล้วในยามแรกแห่งราตรี. อวิชชาถูกทำลายแล้ว วิชชาเกิดขึ้นแล้ว, ความมืดถูกทำลายแล้ว ความสว่างเกิดขึ้นแทนแล้ว เช่นเดียวกับที่เกิดแก่ผู้ไม่ประมาทมีเพียรเผาบาป มีตนส่งไปแล้วแลอยู่, โดยควร.ฯ

เรานั้น ครั้นเมื่อจิตตั้งมั่นบริสุทธิ์ผ่องใสไม่มีกิเลส ปราศจากกิเลสเป็นธรรมชาติอ่อนโยนควรแก่การงาน ถึงความไม่หวั่นไหวตั้งอยู่เช่นนี้แล้ว ได้น้อมจิตไปเฉพาะต่อ**จุตูปปาตญาณ** เรามีจักขุทิพย์บริสุทธิ์กว่าจักขุของสามัญมนุษย์, ย่อมแลเห็นสัตว์ทั้งหลายจุติอยู่ บังเกิดอยู่, เลวทราม ประณีต, มีวรรณะดี มีวรรณะเลว, มีทุกข์ มีสุข. เรารู้แจ้งชัดหมู่สัตว์ผู้เข้าถึงตามกรรมว่า "ผู้เจริญทั้งหลาย! สัตว์เหล่านี้หนอประกอบกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต พูดติเตียนพระอริยเจ้าทั้งหลาย เป็นมิจฉาทิฐิ ประกอบการงานด้วยอำนาจมิจฉาทิฐิ, เบื้องหน้าแต่กายแตกตายไป ล้วนพากันเข้าสู่อบาย ทุคติ วินิบาต นรก.ฯ ท่านผู้เจริญทั้งหลาย! ส่วนสัตว์เหล่านี้หนอประกอบกายสุจริต วจีสุจริต มโนสุจริต ไม่ติเตียนพระอริยเจ้า, เป็นสัมมาทิฐิ ประกอบการงานด้วยอำนาจสัมมาทิฐิ, เบื้องหน้าแต่กายแตกตายไป ย่อมพากันเข้าสู่สุคติโลกสวรรค์, เรานั้นมีจักขุทิพย์บริสุทธิ์ล่วงจักขุสามัญมนุษย์เห็นเหล่าสัตว์ผู้จุติอยู่ บังเกิดอยู่ เลว ประณีต มีวรรณะดี วรรณะทราม มีทุกข์ มีสุข, รู้ชัดหมู่สัตว์ผู้เข้าถึงตามกรรมได้ฉะนี้.ฯ ราชกุมาร! นี่เป็นวิชชาที่ ๒ ที่เราจะได้บรรลุแล้วในยามกลางแห่งราตรี, อวิชชาถูกทำลายแล้ว, วิชชาเกิดขึ้นแล้ว ความมืดถูกทำลายแล้ว, ความสว่างเกิดขึ้นแล้ว เช่นเดียวกับที่เกิดแก่ผู้ไม่ประมาท มีเพียรเผาบาป มีตนส่งไปแล้วแลอยู่โดยควรฯ

เรานั้น ครั้นจิตตั้งมั่นบริสุทธิ์ผ่องใสไม่มีกิเลส ปราศจากกิเลสเป็นธรรมชาติอ่อนโยนควรแก่การงาน ถึงความไม่หวั่นไหวตั้งอยู่เช่นนี้แล้ว ก็น้อมจิตไปเฉพาะต่ออาสวักขยญาณ, เราย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี่ทุกข์, นี่เหตุแห่งทุกข์, นี่ความดับไม่เหลือแห่งทุกข์, นี่ทางให้ถึงความดับไม่มีเหลือแห่งทุกข์, และเหล่านี้เป็นอาสวะทั้งหลาย นี้เหตุแห่งอาสวะทั้งหลาย นี่ความดับไม่มีเหลือแห่งอาสวะทั้งหลาย นี้เป็นทางให้ถึงความดับไม่มีเหลือแห่งอาสวะทั้งหลาย. เมื่อเรารู้อยู่อย่างนี้ เห็นอยู่อย่างนี้ จิตก็พ้นจากกามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ

ครั้นจิตพ้นวิเศษแล้ว ก็เกิดญาณหยั่งรู้ว่า จิตพ้นแล้ว. เรารู้ชัดว่าชาตินี้สิ้นแล้วพรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ต้องทำได้ทำสำเร็จแล้ว กิจอื่นที่ต้องทำเพื่อความ (หลุดพ้น) เป็นอย่างนี้ มิได้มีอีก.ฯ ราชกุมาร! นี่เป็น**วิชชาที่ ๓** ที่เราได้บรรลุแล้วในยามปลายแห่งราตรี. อวิชชาถูกทำลายแล้ว. วิชชาเกิดขึ้นแล้ว, ความมืดถูกทำลายแล้ว ความสว่างเกิดขึ้นแทนแล้ว, เช่นเดียวกับที่เกิดแก่บุคคลผู้ไม่ประมาท มีเพียรเผาบาป มีตนส่งไปแล้วแลอยู่, โดยควร.ฯ

■ ■ ■ ■

หมวด ค.

ระดับชั้นมัธยม มหาสติปัฏฐาน

ตอนที่ ๔

ธรรมในธรรม

ศศิประภา ศากยะบุตร *

บทที่ ๒ ปัจจยาการปฏิจจสมุปบาท

เมื่อได้บันทึกข้อความตามลำดับแต่เบื้องต้น ตามภาระที่ได้รับมอบหมาย ให้พยายามอธิบายธรรมที่ให้เข้าใจง่าย ๆ สำหรับเยาวชนได้ศึกษา จึงได้มีความคิดที่จะแบ่งระดับขึ้น ตามมาตรฐานที่แบ่งในการศึกษาของไทยปัจจุบัน เป็นระดับอนุบาล, ประถม, มัธยมตามลำดับ บัดนี้ก็ได้เข้าสู่ระดับมัธยม ซึ่งถ้าผู้อ่านได้ติดตามอ่านมาแต่เบื้องต้นและปฏิบัติก็จะไม่รู้สึกว่ายากเกินกำลังปัญญา ทั้งนี้เพราะผู้เขียนเองก็มิใช่ผู้เชี่ยวชาญแต่ประการใด แต่อาศัยศึกษาศีล สมาธิ ปัญญา หรือไตรสิกขานี้แหละ วันละเล็กละน้อย บ่อย ๆ เข้าตามที่เวลาอำนวย และหาโอกาสหาเวลาพยายามบันทึกไว้ ขณะที่ยังเห็นชัดแจ่มอยู่

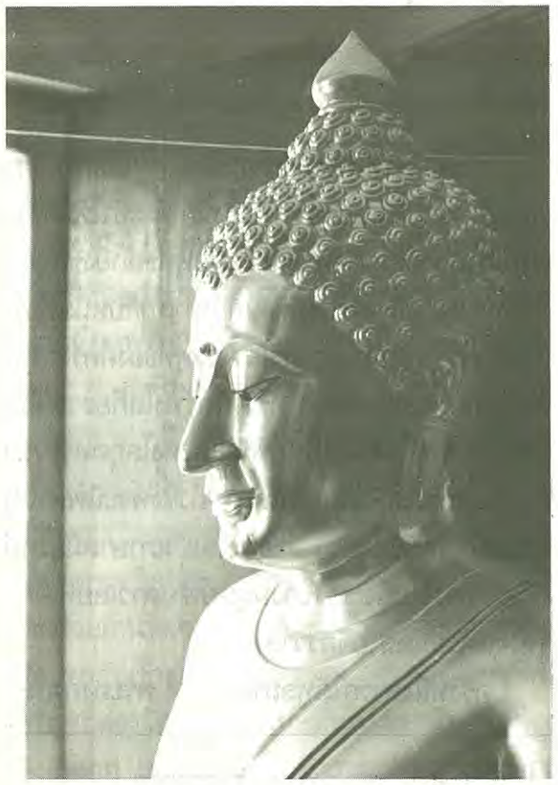
การศึกษาในพระพุทธศาสนา และสิ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้นั้นน่าอัศจรรย์ใจยิ่งนัก และทำให้มีความศรัทธาในองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายิ่งขึ้นทุกที วิชาการแพทย์ที่ว่าสลับซับซ้อนก็ยิ่งหาเท่ากับหนึ่งเปอร์เซ็นต์ที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ไม่ พระพุทธองค์ทรงตรัสรู้ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า ทรงตรัสรู้ทั้งโลกียธรรมอันประกอบสัตว์ให้ติดอยู่ในภพนี้ และทั้งโลกุตตรธรรมอันเป็นธรรมให้พ้นไปจากโลก ถึงซึ่งพระนิพพานที่สิ้นสุดแห่งทุกข์ทั้งปวง จะว่ากันเป็นภาษาสมัยใหม่ก็คือ ทรงรู้ไปถึงเรื่องของมนุษย์ต่างดาวเลยทีเดียว รู้ไปจนครอบหลายจักรวาล

ครั้งหนึ่งสาวกได้ทูลถามว่า พระองค์ตรัสรู้

---

* แพทย์หญิง คุณ(หญิง) ท่านหนึ่ง แห่งโรงพยาบาล บำรุงราษฎร์ และโรงพยาบาลกรุงเทพ

อะไร พระพุทธเจ้าทรงตอบกับสาวกองค์นั้นว่า ความรู้ของเราเปรียบเสมือนกับใบไม้ในป่านี้ แต่เราจะนำเอาความรู้ที่เป็นประโยชน์ที่จะมาแสดงให้ฟัง เพื่อจะได้ให้มนุษย์พ้นทุกข์ก่อน เพราะถ้าจะสั่งสอนทั้งหมดอาจไม่ทันกาล จำเป็นจะต้องสอนเฉพาะที่แก้ปัญหาได้ เช่นกับเมื่อเห็นลูกศรปักอกอยู่ จำจะต้องถอนลูกศรออกก่อน แล้วจึงจะไถ่ถามถึงผู้เล็งศร เหตุที่ถูกยิง เป็นต้น จะเอาที่เดียวให้กระจ่างแล้วค่อยรักษาพิษบาดแผล อาจทำให้ถึงแก่ความตายเสียก่อน



ที่เคยกล่าวมาแล้วในเบื้องต้น ก็ได้พยายามหยิบใบไม้ที่พระสมณโคดมพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านพระราชทานมา มาพิจารณาทีละใบตามลำดับ ที่หลวงพ่อวัดปากน้ำ พระมงคลเทพมุนี (หลวงพ่อสด จนฺทสโร) ได้แนะนำไว้ ในการปฏิบัติธรรมตามแนววิชชาธรรมกายคือในระดับมัธยมหมวด ค. (ตอนที่ ๑,๒ และ ๓) อันได้แก่ ขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ (๔ ประการนี้ เป็นการพิจารณาธรรมในธรรม โดยพิจารณาส่วนประกอบของกายและกลไกการทำงานของสกลกาย ดังได้เคยกล่าวแล้วโดยละเอียด) ต่อด้วยทั้งกาย เวทนา จิต และธรรม อันมีอริยสัจ ๔ เป็นบทแรก เป็นต้น

โดยพิจารณาถึงอริยสัจตามกำลังปัญญาของผู้ปฏิบัติ อันมีขั้นตอนเริ่มแต่การพิจารณาทุกข์เป็นต้น อันเป็นไปญาณ ๔ คือ สัจจญาณ กิจจญาณ และกตญาณ อันเป็นไปโดยนัยแห่งพระอริยสัจ กล่าวคือ สมุทัย นิโรธและมรรค ทั้งระดับโลกียะ และโลกุตตรปัญญา

บทนี้จะกล่าวถึงวงจรของชีวิตอันได้แก่ปัจจยาการของปฏิจจสมุปบาท ซึ่งหมายถึงความต่อเนื่องของวงจรชีวิต (Life cycle) ในชีวิตนี้ ชีวิตหน้าและชีวิตในอดีต มีเงื่อนต่อกันมาเป็นลำดับ ถ้าเราปฏิบัติถูกช่อง ถูกเงื่อน (ที่ทางปฏิบัติว่าให้สาวให้ถูกก่อน) ก็สามารถที่จะมีญาณรู้เห็นได้ ญาณนี้เรียกว่าปุพเพนิวาสานุสติญาณ อันเป็นหนึ่งในวิชชา ๓ นั่นเอง

การพิจารณาปัจจยาการของปฏิจจสมุปบาท นี้ไม่ใช่ของง่ายนัก แต่ก็ไม่ยากเกินกำลังปัญญา ต้องตั้งใจจริง และติดตามอย่าลดละ

โดยทั่วไปมีการพิจารณา ๒ แบบคือ แบบอนุโลมคือ ตามกระแสตามการหมุนเวียน ก็พิจารณาจากสุดละเอียดออกมาที่หยาบ หรืออีกแบบหนึ่งเรียกว่าปฏิโลม คือหยาบไปสู่สุดละเอียด จะพิจารณาแบบไหนก็ได้ทั้งนั้น ถ้าคล่องดีแล้วก็ทำทั้งสองอย่างสลับกัน เช่นเดียวกับการซ้อนสับทับทวี ในการเจริญภาวนาวิชชาธรรมกายเลยทีเดียว

เพื่อความเข้าใจในระดับพื้นฐาน ถ้าแสดงไว้แบบปฏิโลมเพียงอย่างเดียว โดยพิจารณาจากสภาพของตนอันเป็นของหยาบ แล้วเข้าไปสุดละเอียด ถ้าแบบอนุโลมจากต้นออกสู่ปลาย เป็นต้น

รูปที่จำลองเป็นใบไม้(ดูภาพ)ที่แสดงไว้เป็นเพียงภาพจำลอง เพื่อความง่ายต่อการเข้าใจ แต่โดยความจริงแล้ว สภาวะต่าง ๆ ที่จะซ้อนกันอยู่เช่นเดียวกับดวงแก้วซ้อนกันอยู่ดั่งชนิดเดียวกับที่เราเห็นดวงปฐมมรรค ดวงศีล, ดวงสมาธิ, ดวงปัญญา, ดวงวิมุตติ และวิมุตติญาณทัสนะนั่นเอง

เริ่มจากขอบใบไม้ที่หยัก ๆ. ทางด้านซ้ายแล้วเวียนขวาเข้าสู่ภายใน เวียนตามเข็มนาฬิกา ทวนกระแสเข้าไปพิจารณาเป็นลำดับ จากดวงทุกข์ทั้ง ๑๑ ดวง คือ ความเกิด ความแก่ ความตาย ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจต่าง ๆ ทั้ง ๑๑ ดวง ที่รู้กันเป็นภาษาบาลีว่า ชาติ, ชรา, มรณ, โสก, ปริเทว, ทุกข, โทมนสฺส, อุปายาส, อปฺปิเยหิ สมฺปโยโค, ปิเยหิ วิปฺปโยโค, ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ อันเป็นกระแสทุกข์ทั้ง ๑๑ ดวงที่ต้องผจญอยู่ต่อเนื่องเหล่านี้

พิจารณาตามหลักอริยสัจ ๔ สาวไปถึงเหตุต้นในต้นทีเดียว จะพบว่าที่เป็นทุกข์ เพราะมีชาติกำเนิดมาก ถ้าจะคิดสั้น ๆ ก็ว่าพ้นก็ตายเสียดีกว่า จะไม่ได้เป็นทุกข์เช่นนั้นไม่ได้ โบราณท่านว่าฆ่าตัวตายนั้นเป็นการคิดสั้น เพราะไม่หยุดที่เหตุ คือหยุดให้ไม่มีการเกิด แต่กลับไปหยุดที่ปลายเหตุคือทำให้ตายเสีย

ในตำนานของการเกิด เริ่มแต่ศูนย์กลางอันเป็นความมืดมิดที่เรียกว่า **อวิชชา** ก็อุบัติเป็นสังขารขึ้น สังขารเหล่านี้มีประกอบกัน ๓ ประเภทคือ

๑. เป็นมนุษย์ก็อยู่ระดับกลาง มีทั้งสุขและทุกข์ที่จะเสวยได้

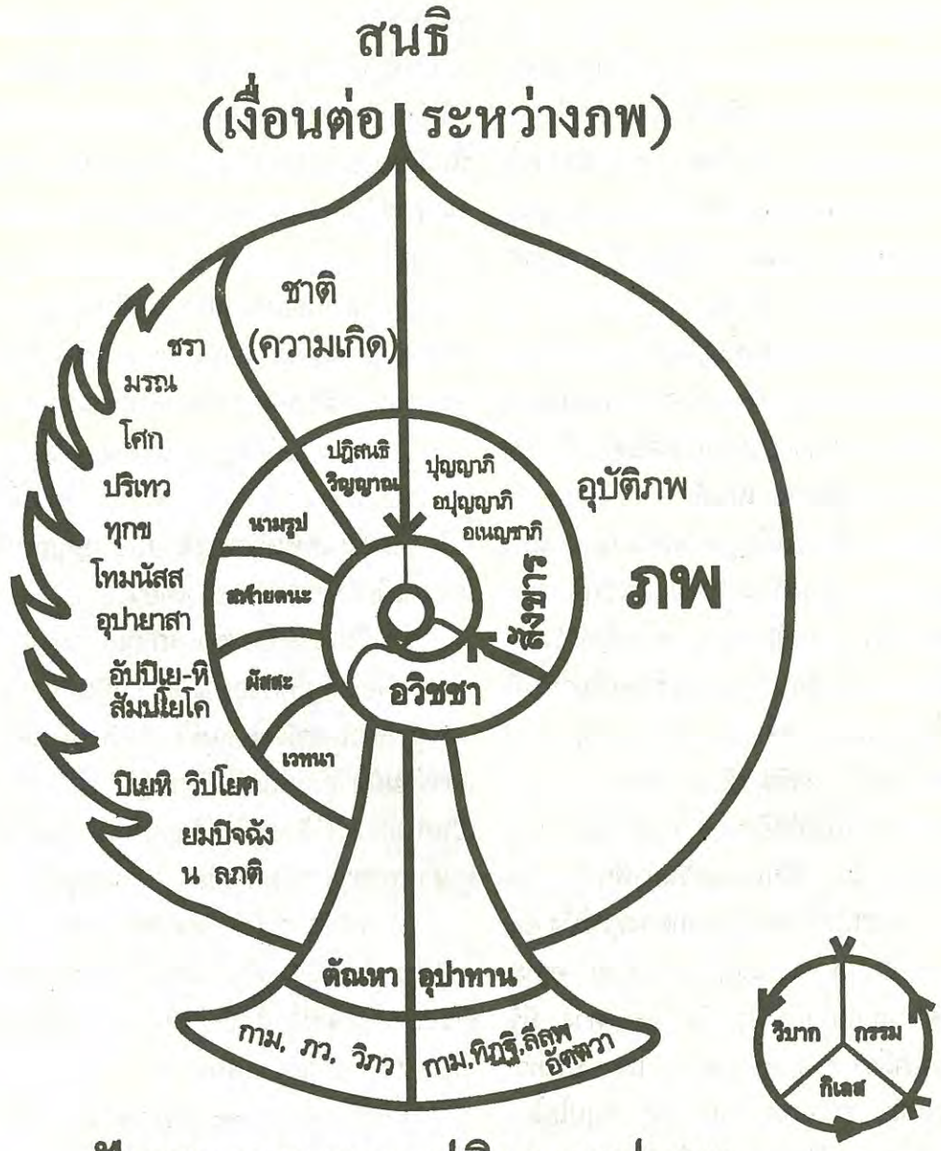
๒. เป็นเทพหรือเทวดา ก็เป็นบุญญาภิสังขารเกิดมาเพื่อเสวยสุขแต่อย่างเดียว

๓. เป็นเปรตเป็นสัตว์นรก ก็เป็นอบุญญภิสังขารเกิดมาเพื่อรับแต่ทุกข์อย่างเดียว เป็นต้น

สังขารเหล่านี้ จะต้องมีการเคลื่อนผ่านเงื่อนสุทธิแล้วร่วมกับวิญญาณอันเป็นธาตุรู้ แล้วปฏิสนธิได้เป็นกายเรา มีสังขาร มีวิญญาณ รวมกันอยู่ ณ ศูนย์กลางกาย รวมกันเรียกว่า "**นามรูป**"

นามรูป จะมีทางติดต่อกับภายนอกกายตนโดยประตูทั้ง ๑๒ อันเป็นภายใน ๖ ภายนอก ๖ ที่เรารู้กัน ตามที่ได้ศึกษาในตัวเราเป็นอายตนะ ๑๒ มีภาษาบาลีว่า "**สฬายตนะ**"

เมื่อมีอายตนะ ๑๒ ก็มีสิ่งต่าง ๆ มากระทบโดยภาพมากระทบที่ตา อันเป็นหนึ่งในอายตนะภายนอก กระแสภาพที่ไปตามเส้นประสาทแล้ว ไป



ปัจจยาการ ของ ปฏิจจสมุปบาท

กระทบที่สมองชั้นใน อันเป็นอายตนะภายในอันหนึ่ง แล้วกระทบธาตุรู้ซึ่งเป็นวิญญาณในกลางกาย จากนั้นเราก็จะรู้ได้ว่าเราเห็นอะไร ขบวนการดำเนินไปเร็วมากจนกระทั่งเป็นอย่างที่เราเคย คือพอมองปั๊บก็เห็นทันที ความจริงแล้วมีการกระทบการรับ การส่ง การรับรู้และการแปลผลในเวลาเสี้ยววินาทีทีเดียว เป็นเห็น จำ คิด รู้ นั่นเอง

อายตนะอื่น ๆ คือ หูคู่กับเสียง ลิ้นคู่กับรส กายคู่กับสัมผัส และใจคู่กับความรู้สึก (เวทนา) ก็เกิดในทำนองเดียวกัน ถ้าหยุดแล้วคิดก็จะมีขบวนการเช่นเดียวกันนั่นแหละคือ กระทบรับ ส่ง รับรู้ แปลผล เกิดอย่างรวดเร็วและต่อเนื่องกัน

ทั้งประตูเข้าและประตูรับ ๑๒ ชนิดนี้จะตกไปถึงใจ และก็ได้เกิดอารมณ์หรือความรู้สึก อันเรียกว่า เวทนา บางครั้งก็ชอบ บางครั้งก็ไม่ชอบ จึงเกิดความอยาก อันเป็นตัณหาตามมาทันที

ถ้าชอบก็อยากจะให้เกิดอีก มีอีก สัมผัสอีก และบ่อย ๆ นี้เรียกว่า "**กามตัณหา**" คือ อยากมี

ถ้าชอบก็อยากจะได้ เรามีสภาพเป็นอีก เรียกว่า "**ภวตัณหา**" คือ อยากจะเป็น

ถ้าไม่ชอบ อยากจะให้ไปให้พ้น ไม่อยากได้รับ ไม่อยากเป็น เรียกว่า "**วิภวตัณหา**" เป็นต้น

ครั้นเมื่อมีแล้ว เป็นแล้ว ก็ไปยึดมั่น ถือมั่นว่าจะเป็น จะมีตลอดไป ก็เป็น "**อุปาทาน**"

เมื่อมี "อุปาทาน" ก็สร้างบ้าน สร้างเรือน สร้างอาณาจักร สร้างโลก สร้างภพ อันเป็นบริเวณของการอยู่ขึ้น จึงเกิดภพอันเป็นกามภพ, รูปภพ, อรูปภพ เป็นต้น

เมื่อมีภพ ก็มีชาติ มีการเกิด มีชาติ ก็มีตน มีความรู้สึก มีทุกข์ทั้ง ๑๑ ดวง ให้ต้องรับอยู่ประจำ เพราะสุขและทุกข์ จึงวนเข้ามาสู่ตัณหาและอุปทาน

ชีวิตในปัจจุบัน ประจำวันนี้ ถ้าอยู่ระดับนอก คือ ผิวเผิน แต่เฉพาะระดับนอก ไม่ได้เข้าไปถึงแก่นของชีวิต ไม่ถึงเหตุที่แท้จริง อันมีอวิชชาเป็นไส้แกนเป็นต้นกำเนิด ในไส้กลางนี้ก็มีกงกรรมกงเกวียนหมุนเวียนไปอยู่ด้วย กิเลส กรรม และวิบาก

กิเลส กรรม วิบาก รวมอยู่ในไส้กลางของอวิชชา เป็นตัวพลังหมุนกงกรรมกงเกวียนปฏิจจสมุปบาทดำรงอยู่

ซึ่งดูผิวเผินก็คล้าย ๆ กับว่าได้สาวมาถึงแกนกลางแล้ว แต่ความจริงที่ได้แสดงไว้ในวิชชาธรรมกายเล่มก่อนจากการถอดเทปนี้ พระครูวินัยธร (ชั้ว) ท่านได้บันทึกไว้

กิเลส กรรม วิบาก เป็นไส้กลาง ทำให้กงกรรมกงเกวียนหมุนไปก็จริง แต่แก่นแท้แล้วยังมี ต้นธาตุต้นธรรม ผู้ควบคุมการหมุนของกงกรรมนี้ไว้

พิจารณาวงจรของปฏิจจสมุปบาทแล้ว ดูการหมุนเวียนของกงกรรมกงเกวียน ที่น่าจะสวมพอดีที่ไส้ของวงจร น่าจะเป็นกิเลส กรรม วิบาก นั้นเอง ตามที่ทราบกันแล้วว่าส่วนของกิเลสก็เป็นอวิชชา ตัณหา และอุปทาน ส่วนของกรรมก็เป็นอวิชชา สังขาร ภพ ส่วนของวิบากก็เป็น อวิชชา, วิญญาณ, นามรูป, สฬายตนะ, ผัสสะ, เวทนา, ชาติ ดวงทุกข์ทั้ง ๑๑

ถ้าจะหยุดกงกรรมกงเกวียน ก็ต้องหยุดกรรม

และที่จะให้แน่ลงไป เพราะว่ากรรมเกิดจากกิเลสจึงจำต้องหยุดกิเลสนั้นเสีย ทฤษฎีการลดหรือปลดกิเลสในแนววิชชาธรรมกายมีหลายระดับ เบื้องต้นการปลดกิเลสจะต้องพิจารณาตนเองว่า ปัจจุบันเรามีกิเลสชนิดใดบ้าง และกิเลสพื้นเกาะแน่นหนาอยู่กับตัวเราระดับไหน ถ้าเพียงชั่วครั้งชั่วคราวก็คล้ายกับสวมอยู่ก็พอจะละ จะปลดออกง่าย คล้ายถอดเสื้อออก แต่ถ้าเป็นกิเลสที่แทรกซึมเข้าไปในจิต เปรียบเช่นกับหมักดวงจิตอยู่ ก็จะต้องชำระกันอย่างจริงจัง และยกเอาจิตที่เปรียบดังมะกอกดองออกเสียจากเครื่องหมักดองคือกิเลสเสียก่อน

ด้วยอุทาหรณ์อันนี้ จึงเป็นข้อคิดอย่างดีว่า **เราควรจะให้ลูกหลานได้มีโอกาสฝึกจิตตั้งแต่ยังเยาว์ เพื่อที่จะหลีกเลี่ยงการหมักดองของจิตด้วยกิเลสร้อยแปดประการเสีย** เพราะถ้าเพียงแค่รู้ แค่เห็นแล้วจำแนกกิเลสถูก นี้ก็ประเสริฐยิ่งนัก **เมื่อถึงเวลาก็จะปลดกิเลสออก ถอดกิเลสออกได้ง่ายกว่าจำพวก ที่หมักดองแช่อิ่มอยู่ในกิเลส**

การปฏิบัติภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายระดับแรก หรือระดับอนุบาล เป็นการชำระจิตเบื้องต้นคล้ายกับที่เราต้องชำระร่างกาย เพื่อสุขภาพทุก ๆ วัน **ถ้าเราได้รับการฝึกภาวนาเพียงถึงระดับได้ดวงแก้วกลมใส อันเป็นดวงปฐมมรรค ก็เป็นการชำระจิตทำทุก ๆ วัน ก็จะมีสุขภาพจิตดี ยากที่จะเป็นบ้าไปได้** หลวงพ่อพระภาวนาโกศลเถรเคยตอบคำถามที่ว่า "นั่งสมาธิ ดีไม่ดี วิกลจริตได้" ว่า "**วัดปากน้ำมีการฝึกปฏิบัติภาวนามาเกือบจะร้อยปีแล้ว ยังไม่มีใครเป็นบ้าสักคน**" เพราะการชำระจิตเป็นการทำจิตใจให้ผ่องใส ไม่ได้ทำให้บ้า คนกล่าวหาเช่นนั้นคล้ายกับว่า "ชาวเขาไม่เคยจะอาบน้ำเพราะกลัวเป็นไข้" ฉันใดฉันนั้น

การชำระกิเลสระดับกลาง ทำได้โดยการปฏิบัติภาวนาระดับประถมโดยพิจารณาได้ธรรมกายองค์ที่ใสที่สุดก็จะกำจัดกิเลสระดับนั้นไปได้ ยิ่งใสมากก็ลดกิเลสไปได้หลาย ถ้าหยุดปฏิบัติเสียก็จะลอยกลับเข้ามาตามเดิม เหมือนกับฝุ่นที่มาเกาะ เหมือนกับจอกแหนที่อยู่บนผิวน้ำ เมื่อเราหย่อนก้อนหินลงไป

ก็จะแยกออก ถ้าหินจมเสียก็จะมาปิดเหมือนเดิม ดังนั้นจึงต้องปฏิบัติเป็นประจำ แม้จะไม่ก้าวหน้าก็อย่าท้อถอยเพราะจิตจักต้องชำระอยู่เนือง ๆ

ในการปฏิบัติถึงระดับมัธยม ได้องค์ฌานแล้วก็พิจารณาได้กว้างขวางยิ่งขึ้น เมื่อรู้มาก เห็นมากก็จะต้องตามกิเลสให้ทัน อย่าให้เป็นประเภทความรู้ท่วมหัวเอาตัวไม่รอดเป็นเด็ดขาด จะต้องระวังระไวมีสติสัมปชัญญะเสมอต้นเสมอปลาย อย่าให้กิเลสมารได้ช่องฉุดลงนรกเป็นเด็ดขาด

จำพวกที่รู้มากก็จะเร่งเดิน จิตเดินเร็วกว่าเครื่องบิน Concord เป็นไหน ๆ ถ้าหลงผิดแล้วจะผิดไปไกลทีเดียว ยิ่งรู้มากยิ่งต้องเตรียมระวังให้มากอย่าให้พลาด ตั้งเข็มให้ดี

ในการปฏิบัติชำระกิเลสระดับสูงนี้ ก็มีอยู่โดยเฉพาะพวกวิทยากร และพวกที่ปฏิบัติธรรมขั้นสูงแล้วจะเก่ง จะหมดกิเลส หลวงพ่อภาวนาฯ และหลวงป๋าเสริมชัยฯ จะตรวจสอบและแนะแนวให้เป็นรายบุคคลทีเดียว

จำไว้เสมอว่า ธรรมรู้เฉพาะตน เป็นเฉพาะตน จะไปทำให้คนอื่นเป็นด้วยไปไม่ได้ ได้เพียงแต่ชี้แนะแนวทางเท่านั้น จึงจำเป็นต้องฝึกไว้เสมอ ๆ อย่าคอยให้แก่แล้วจึงจะทำ เพราะถึงเวลานั้นกิเลส อาจแช่อิ่มอยู่ในจิตยากที่จะละได้ แล้วหน่วยรับความจำก็เสื่อมเสียแล้ว หลง ๆ ลืม ๆ จะลงสนามประลองยุทธกับกิเลส จะไหวหรือ?

ขอย้อนกลับมาถึงแก่นของแก่นอันเป็นอวิชชาให้กลับไปศึกษาบทความที่ถอดเทปของพระครูวินัยธร (ชั้ว) และพิจารณาตรงศูนย์กลางกาย จะได้รู้ต้นของต้น ผู้บังคับและผู้ปกครองธาตุธรรม และพยายามหมุนธาตุธรรมทวนกระแสกรรม เป็นเวียนขวา (ตามเข็มนาฬิกา) ให้มีสภาพจิตที่ผ่องใส สงบ และสบาย แล้วมุ่งพัฒนาตน ตามโอวาทปาฏิโมกข์ที่ว่า **จงละชั่ว กระทำดี** และ **ทำจิตใจให้ผ่องใส** ที่พระพุทธองค์โปรดพระราชทานให้ก่อนเสด็จปรินิพพานเทอญ.

ละกิเลสหยุดกรรมไกลวิบาก
แม้นสุดยากหมั่นเพียรไตรสิกขา
เจริญศีลสมาธิและปัญญา
เพื่อพัฒนากายใจจิตพร้อมวิญญาณ
ศีลสมาธิปัญญานำมาซึ่งวิมุตติ
คือต้องหลุด พ้นกิเลสที่เกาะสาน
ได้วิมุตติญาณทัสสนะไม่ช้านาน
มุ่งนิพพานตั้งเข็มตรงดำรงชัย

วิธีเจริญวิชชา ๓ ถึงมรรค ผล นิพพาน

พระภาวนาโกศลเถร
รองเจ้าอาวาสและพระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนา
วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กทม.

...และเมื่อผู้ปฏิบัติธรรมสามารถละสัญโญชน์เบื้องสูงอีก ๕ ประการได้ แก่ รูปราคะ อรูปราคะ อุทธัจจะ มานะ และ อวิชชา ได้แล้วธรรมกายพระอรหัตมรรคจะละเอียดหนักขึ้นไปอีก แล้วตกศูนย์ปรากฏเป็นธรรมกายพระอรหัตผลขยายโตเต็มส่วนมีขนาดหน้าตัก ความสูง และเส้นผ่าศูนย์กลางดวงธรรม ๒๐ วา ขาวใสบริสุทธิ์ และมีรัศมีสว่างยิ่งนัก เห็นธรรมกายพระอรหัตผลชัดเจนอยู่ตลอดเวลา แล้วก็จะมีญาณหยั่งรู้การบรรลุพระอรหัตผลนั้น

สำหรับผู้ที่ถึงธรรมกายแล้ว ก็ให้พิสดารกายสุดกายหยาบกายละเอียด เพื่อชำระธาตุธรรมให้สะอาดบริสุทธิ์และสมาธิตั้งมั่นดีก่อน แล้วให้รวมใจของทุกกายให้หยุดอยู่ ณ ศูนย์กลางกายพระอรหัตองค์ที่ละเอียดที่สุด รวมดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ให้หยุดนิ่งลงไปที่กลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม ณ ที่ศูนย์กลางกายนั้นแหละ มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสเท่าปลายเข็ม แล้วอธิษฐานให้เห็นสภาพความเป็นอยู่ของตนเองถอยหลังสืบเข้าไปถึงเมื่อวานนี้, เมื่อเห็นได้ชัดเจนแน่นอนแล้ว ก็รวมใจหยุดนิ่งลงไปที่กลางของกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิมของกายเมื่อวานนี้ อธิษฐานให้เห็นสภาพความเป็นอยู่ของตนเองถอยหลังสืบต่อไปถึงเมื่ออาทิตย์ที่แล้ว, แล้วก็เดือนที่แล้ว, ปีที่แล้ว, ลงไปจนถึงตอนที่เป็นเด็ก ให้รวมใจ คือ ความเห็น ความจำ ความคิด ความรู้ ให้หยุดในหยุด ลงไปจนถึงตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม ของกายเดิมที่เห็นครั้งสุดท้ายต่อไปเรื่อย ๆ จากที่เป็นเด็กก็ไปถึงสภาพที่เป็นเด็กแดง ๆ, แล้วก็ถอยหลังสืบเข้า

แต่จะต้องหยุดในหยุดลงไปที่กำเนิดธาตุธรรมเดิม ตามสายธาตุธรรมเดิมถอยหลังสืบต่อเข้าไปเสมอ จึงจะแม่นยำ มิฉะนั้น การรู้เห็นอาจ จะเล่ห์ คือผิดพลาดได้ เมื่อจะหยุดพักก็ให้อธิษฐาน กลับตามสายธาตุธรรมเดิมจนมาถึงชีวิตในปัจจุบัน

ไปตามสายธาตุธรรมเดิม ถึงที่เป็นเด็กทารกในครรภ์ของมารดา, แล้วก็ไปถึงในขณะที่ตั้งปฏิสนธิวิญญาณเป็นกลลรูป ถอยสืบเข้าไปถึงในขณะที่มาปฏิสนธิในครรภ์มารดา ด้วยกายมนุษย์ละเอียดหรือกายทิพย์, แล้ว ก่อนที่จะมาปฏิสนธิก็เป็นกายละเอียดมาตกศูนย์พักอยู่ ณ ที่ศูนย์กลางกายบิดาชั่วคราว อธิษฐานให้เห็นสภาพของตนเองตามสายธาตุธรรม สืบถอยหลังไปจนถึงตอนที่จุติคือเคลื่อนจากสังขารร่างกายเดิมของชาติที่แล้ว นี้นับเป็นชาติหนึ่ง เมื่อเห็นชัดดีแล้วก็รวมเห็น จำ คิด รู้หยุดนิ่งที่ศูนย์กลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม อธิษฐานให้เห็นความเป็นไปของตนเองให้ชัดว่ามีสภาพความเป็นมาอย่างไร ในชาตินั้นตนเองเกิดเป็นอะไร มีเทือกเถาเหล่ากออย่างไร มีทุกข์มีสุขมั่งมีหรือยากจน ขัดสนกันดารอย่างไร เพราะผลบุญหรือผลบาปอะไร พยายามน้อมใจอันประกอบด้วยความเห็น ความจำ ความคิด ความรู้ให้หยุดนิ่งในกลางของกลาง ๆ ๆ ไปเรื่อย ก็จะเห็นได้ชัดเจนและแม่นยำ แล้วก็ดำเนินไปตามแบบเดิม อธิษฐานดูสภาพความเป็นไปของตนเอง ถอยหลังสืบเข้าไปทีละชาติ ๆ เมื่อกระทำชำนาญเข้าก็จะสามารถระลึกชาติได้เร็วขึ้น แต่จะต้องหยุดในหยุดลงไปที่กำเนิดธาตุธรรมเดิม ตามสายธาตุธรรมเดิมถอยหลังสืบต่อเข้าไปเสมอจึงจะแม่นยำ มิฉะนั้นการรู้เห็นอาจจะเล่ห์ คือผิดพลาดได้ เมื่อจะหยุดพักก็ให้อธิษฐานกลับตามสายธาตุธรรมเดิมจนมาถึงชีวิตในปัจจุบันอีกเช่นกัน

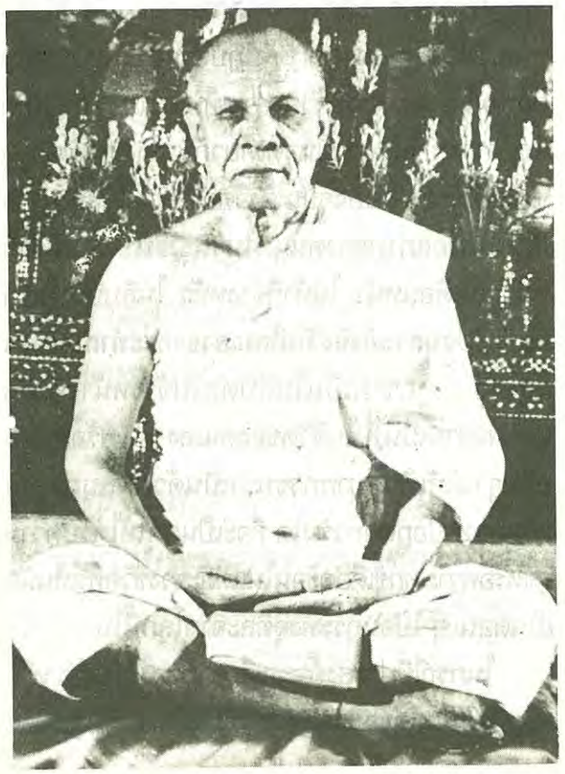
นี้เป็น **ปุพเพนิวาสานุสติญาณ**

ทีนี้ให้ฝึกระลึกให้เห็นสภาพความเป็นไปของตนเองต่อไปในอนาคต ก็ปฏิบัติในทำนองเดียวกัน คือรวมใจอันประกอบด้วยความเห็น ความจำ ความคิด และความรู้ ให้หยุดเป็นจุดเดียวกัน ณ ที่กำเนิดธาตุธรรมเดิมของกายปัจจุบัน ตั้งจิตอธิษฐานให้เห็นความเป็นไปหรือสภาพของตนเองในวันรุ่งขึ้น ในอาทิตย์หน้า ในเดือนหน้า ในห้าปีข้างหน้า ในสิบปีข้างหน้า **ต่อ ๆ ไปจนกระทั่งถึงวันที่ตนเองจะกระทำกาลกิริยาคือตาย** ดูความเป็นไปสืบต่อไปข้างหน้าให้เห็นสภาพความเป็นไปในชีวิตของตนเอง พร้อมด้วยอธิษฐานให้เห็นวิบากกรรมว่าเป็นด้วยผลบุญกุศลหรือผลบาปอกุศลกรรมใด ที่จะเป็นผลให้ได้รับความสุขหรือความทุกข์เดือดร้อนในแต่ละช่วงชีวิตที่รู้เห็นนั้นเป็นตอน ๆ ไปจนกระทั่งจุติละจากโลกนี้ไป

ในกรณีที่ประสงค์จะระลึกชาติของผู้อื่นก็ดี หรือจะดูปัจจุบันและอนาคตของผู้อื่นก็ดี ก็ปฏิบัติใน

ทำนองเดียวกัน คือเพียงแต่น้อมเอาธาตุธรรมของผู้ที่เราประสงค์จะทราบอดีต ปัจจุบัน หรืออนาคตของผู้นั้นมาตั้งที่ศูนย์กลางกายของเราเอง แล้วรวมเห็นจำคิดรู้ของเราและของเขาให้หยุดรวมกันเป็นจุดเดียวตรงศูนย์กลางกำเนิดธาตุธรรมเดิมของเขาแล้วอธิษฐานระลึกให้เห็นอดีต ปัจจุบัน หรืออนาคตของผู้นั้นไปตามสายธาตุธรรมเดิมของเขา ก็จะสามารถรู้เห็นได้เช่นเดียวกัน

เมื่อประสงค์จะทราบว่าสัตว์หรือมนุษย์ที่ละหรือตายจากโลกนี้ไปแล้ว จะไปบังเกิดในภพภูมิใด ด้วยผลบุญกุศลหรือบาปอกุศลใด ก็ให้ปฏิบัติตามวิธีที่



ได้เคยให้คำแนะนำไปแล้ว คือเมื่อซ้อนสับทับทวีจนสุดกายหยาบกายละเอียด แล้วเจริญฌานสมาบัติ ๘ โดยอนุโลมและปฏิโลม ๗ เที่ยว ปล่อยกายตกศูนย์เข้าอายตนนิพพาน ซ้อนสับทับทวีกับพระนิพพานต้น ๆ ที่ละเอียด ๆ จนสุดละเอียด จนธาตุธรรมใสสะอาดบริสุทธิ์และมีสมาธิตั้งมั่นดีแล้ว ก็รวมใจของทุกกายให้หยุดนิ่งอยู่ตรงศูนย์กลางกายพระอรหัตองค์ที่ละเอียดที่สุด หยุดตรึกนิ่ง ขยายธรรมกายพระอรหัตให้โตจนเต็มภพสาม แล้วจึงน้อมเอาภพสามเข้ามาเป็นกสิณ คือเอามาตั้งไว้ ณ ที่ศูนย์กลางกายพระอรหัตนั้นแหละ อาศัย "ตา" หรือ "ญาณ" พระธรรมกายตรวจหาดูจนตลอดภพสาม ว่าผู้ที่ตายไปแล้วได้ไปบังเกิดในภพภูมิใด ก็จะสามารถเห็นได้ ถ้าในภพสามยังไม่เห็น ก็ให้ตรวจดูไปถึงอายตนโลกันต์ซึ่งอยู่นอกภพสามออกไป ในขณะที่ตรวจดูคติใหม่ของผู้ตายไปตลอดภพนี้ให้น้อมใจเข้าสู่กลางของกลาง ๆ ๆ อยู่เสมอ เพื่อให้ธาตุธรรมใสสะอาดและสมาธิตั้งมั่นดี การรู้เห็นจึงจะแม่นยำ เมื่อพบแล้วก็ไต่ถามถึงบุรพกรรมที่ทำให้เขามาเสวยวิบากกรรมคือผลบุญกุศลหรือผลบาปอกุศลในภพใหม่นี้ ก็จะทราบได้ นี่หมายเฉพาะสัตว์หรือมนุษย์ที่ยังไม่บรรลุพระอรหัตผล ก็จะเห็นเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพสามหรืออายตนโลกันต์ แต่ถ้าเป็นพระอรหันต์ที่ดับขันธ์เข้าสู่ปรินิพพาน หรือที่เรียกว่า "อนุปาทิเสสนิพพาน" แล้วก็จะพบธรรมกายของท่านประทับอยู่ในนิพพาน นี้เป็นการน้อมเข้าสู่จุตูปปาตญาณอย่างง่าย หากกระทำชำนาญแล้วก็จะสามารถรู้เห็นได้เร็ว

ในขณะที่กาย ใจ จิต วิญญาณ หรือขันธ์ทั้ง ๕ ของสัตว์หรือมนุษย์กำลังจะแตกดับ หรือตายนั้น ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย อันเป็นที่ตั้งของดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ของกายเดิมก็จะดับ คือตกศูนย์ลงไปยังศูนย์กลางกายฐานที่ ๖ ตรงระดับสะดือพอดีนั้นเอง

ยังมีวิธีที่ละเอียดพิสดารต่อไปอีก ซึ่งสามารถให้รู้เห็นทั้งกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม เป็นทั้งภายในและภายนอก วิธีปฏิบัติ ก็ให้น้อมเอาธาตุธรรมของผู้ที่ตายไปแล้วมาตั้งไว้ที่ศูนย์กลางกาย แล้วรวมเห็น จำ คิด รู้, ธาตุเห็น ธาตุจำ ธาตุคิด ธาตุรู้ ที่ตั้งเห็นจำคิดรู้ของเราให้ตรงกันกับของเขา เป็นจุดเดียวกันตรงศูนย์กลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม แล้วอธิษฐานให้เห็นจุติและปฏิสนธิของเขาเป็นขั้น ๆ ไป นับตั้งแต่ขันธ์ ๕ คือรูป เวทนา สัญญา สังขารและวิญญาณ เริ่มจะดับ หรือในขณะที่จิตกำลังเข้าสู่ "มรณาสันตติวิถี" นั้น ก็จะเห็นดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายของสัตว์หรือมนุษย์ซึ่งเป็นที่ตั้งของอากาศโลก ขันธโลก และสัตว์โลก ได้แก่ เห็น จำ คิด รู้ ของสัตว์นั้นจะดับ คือตกศูนย์ลงไปยังศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ เหนือระดับสะดือสองนิ้วมือ แล้วกายละเอียดหรือกายทิพย์นั้นก็จะผ่านไปยังศูนย์ต่างๆ กล่างคือ ฐานที่ ๖ แล้วฐานที่ ๕ ตรงปากช่องลำคอ ฐานที่ ๔ ตรงเพดานปาก ฐานที่ ๓ ตรงกลางกั๊กศีรษะ ฐานที่ ๒ ตรงหัวตาด้านใน หญิงทางด้านซ้าย ชายทางด้านขวา แล้วก็ออกไปทางฐานที่ ๑ คือช่องจมูก หญิงทางด้านซ้าย ชายทางด้านขวา เพื่อไปเกิดในภพภูมิใหม่ตามผลบุญหรือผลบาปที่กำลังให้ผลอยู่ในขณะนั้นต่อไป

กายที่กำลังไปแสวงหาที่เกิดนี้เรียกว่า "กายสัมภเวสี" ส่วนกายที่ได้ปฏิสนธิหรือเกิดแล้วเรียกว่า "กายทิพย์"

มีข้อสังเกตว่าในขณะที่กาย ใจ จิต วิญญาณ หรือขันธ์ทั้ง ๕ ของสัตว์หรือมนุษย์กำลังจะแตกดับ หรือตายนั้น ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย อันเป็นที่ตั้งของดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ของกายเดิมก็จะดับ คือตกศูนย์ลงไปยังศูนย์กลางกายฐานที่ ๖ ตรงระดับสะดือพอดีนั้นเอง ที่สัตว์หรือมนุษย์ซึ่งกำลังใกล้จะตายนั้นมีอาการสยิวหน้า บิดตัวหรือไขว่คว้าเมื่อเวลาใกล้จะตาย เพราะแรงดึงดูดของอายตนะภพใหม่ที่จะทำให้กายละเอียดหรือกายทิพย์แยกขาดออกจากกายเนื้อของมนุษย์ หรือสัตว์ผู้ที่กำลังจะตายนั้นเอง

ข้อสังเกตอีกประการหนึ่งคือ ญาณพระธรรมกายจะช่วยให้เห็นดวงธรรมที่ทำให้เป็นมนุษย์หรือสัตว์นั้น และจิตของสัตว์นั้นเอง "ดับ" แล้วก็ "เกิด" ใหม่อีกเป็นช่วง ๆ ตามผลบุญกุศลหรือบาปอกุศล

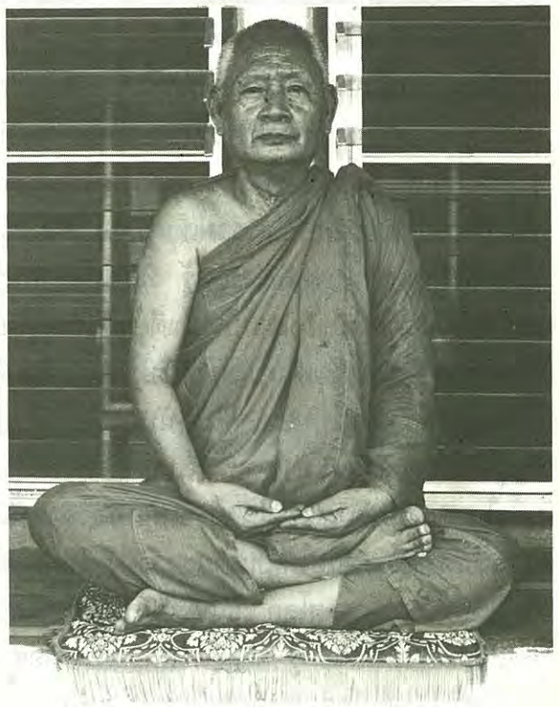
การน้อมเข้าสู่ปุพเพนิวาสานุสติญาณ เพื่อดูขันธ์ของตนเองและของผู้อื่นในชาติภพก่อน ๆ ก็ดี หรือการน้อมเข้าสู่จุตูปปาตญาณเพื่อดูจุติ และปฏิสนธิ ของสัตว์ทั้งหลายก็ดี หากได้ยกวิปัสสนาญาณขึ้นพิจารณาทบไปทวนมาด้วยแล้ว ย่อมมีลักษณะที่เป็นมหาสติปัฏฐาน ๔ ไปในตัวเสร็จ...

กล่าวคือ

ถ้าก่อนตายคือในระหว่างที่จิตเข้าสู่มรณาสันตติวิถีนั้น จิตเป็นกุศล แต่บุญบารมียังไม่พอที่จะหลุดพ้นจากอาสวกิเลสได้โดยสิ้นเชิง อายตนะของสุคติภพ ได้แก่โลกมนุษย์ เทวโลก หรือพรหมโลก ก็จะดึงดูดกายละเอียดหรือกายทิพย์นั้นไปบังเกิดในภพหรือภูมิด้วยแรงกุศลกรรม ตามกำลังแห่งบุญหรือบารมีของผู้นั้นต่อไป กิริยาที่กาย ใจ จิต และวิญญาณดับเกิด ๆ ๆ เพื่อเปลี่ยนจากภพหรือภูมิหนึ่งไปสู่ภพหรือภูมิที่สูงกว่าทีละชั้น ๆ ไปจนกว่า จะถึงภูมิที่พอดีกับกำลังบุญกุศลที่ให้ผลอยู่นั้น อุปมาดั่งงูลอกคราบ หรือดั่งบุคคลเปลี่ยนแบบฟอร์มเครื่องแต่งตัวจากฟอร์มหนึ่งไปสู่ฟอร์มที่สวย ละเอียดประณีตกว่าฉะนั้น

แต่ถ้าก่อนจะตาย จิตเป็นอกุศล หรือสิ้นวาสนาบารมี อายตนะทุคติภูมิ ได้แก่อายตนะของภพเปรต อสุรกาย สัตว์นรก หรือสัตว์เดรัจฉาน ก็จะดึงดูดกายละเอียดของผู้นั้นให้ไปบังเกิดในภพหรือภูมินั้นด้วยแรงอกุศลกรรมที่กระทำไว้ ตามส่วนแห่งอำนาจของผลบาปอกุศลที่กำลังให้ผลต่อไป

ปรีชาญาณหยั่งรู้จุติ-ปฏิสนธิของสัตว์นี้ เรียกว่า **จุตูปปาตญาณ** ให้ฝึกฝนปฏิบัติให้ชำนาญ ในระยะเริ่มแรกจะต้องกระทำเป็นขั้นตอนตามสายธาตุธรรมเดิมเสมอไป แม้จะติดขัดบ้างก็จะเป็นแต่เพียงในระยะต้น ๆ หรือที่จิตยังไม่ละเอียดดีพอ ต่อ ๆ ไป



ก็จะค่อย ๆ ชำนาญไปเอง

แต่มีหลักสำคัญอยู่ว่า **เมื่อรู้เห็นแล้วก็อย่าคะนองใจว่าตนเก่งกล้าแล้ว พยากรณ์ให้แก่ผู้อื่นฟังหรือโอ้อวดในคุณธรรมของตนอันจะเป็นทางเสื่อมอย่างยิ่ง**

อนึ่ง การน้อมเข้าสู่ปุพเพนิวาสานุสติญาณเพื่อดูขันธ์ของตนเองและของผู้อื่นในชาติภพก่อน ๆ ก็ดี หรือการน้อมเข้าสู่จุตูปปาตญาณเพื่อดูจุติ และปฏิสนธิของสัตว์ทั้งหลายก็ดี หากได้ยกวิปัสสนาญาณขึ้นพิจารณาทบไปทวนมาด้วยแล้ว ย่อมมีลักษณะที่เป็นมหาสติปัฏฐาน ๔ ไปในตัวเสร็จ กล่าวคือ

การพิจารณาเห็นกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม เป็นภายในบ้าง เป็นภายนอกบ้าง เป็นทั้งภายในและภายนอกบ้าง ดังที่กล่าวมาแล้วเนือง ๆ อยู่ ก็จะเห็นชัดในสามัญลักษณะ คือความเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาของสังขารธรรมทั้งหลาย ที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งได้อย่างชัดแจ้ง จนเห็นเป็นธรรมดาในความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปในสังขารของสัตว์ทั้งหลาย ช่วยให้เกิดธรรมสังเวช สลดใจในการเวียนว่ายตายเกิดของสัตว์ทั้งหลายที่ยังติดอยู่ในสังสารจักร และไตรวัฏฏะ คือกิเลสวัฏฏะ กรรมวัฏฏะ และวิปากวัฏฏะอยู่ในภพทั้งสามนี้ไม่มีที่สิ้นสุด ไปนรกบ้าง สวรรค์บ้าง มนุษย์บ้าง สัตว์เดรัจฉานบ้าง เป็นสุขบ้างทุกข์บ้าง เปลี่ยนแปลงไปต่าง ๆ น่าสะพึงกลัวและน่าเบื่อหน่ายยิ่งนัก ต้องทิ้งสมบัติพัสถาน บุตร ภรรยา

และบิดา มารดาแต่เก่าก่อน หมุนเวียนเปลี่ยนไปตามเครื่องล่อเครื่องหลง ดุจดังว่าความฝัน เอาเป็นของเที่ยงแท้แน่นอนไม่ได้ เป็นอย่างนี้หมดทั้งตัวเราเองและสัตว์อื่น เหมือนกันหมดทุกรูปทุกนาม แล้วให้ยกวิปัสสนาญาณทั้ง ๑๐ ประการ* ขึ้นพิจารณาทบไปทวนมา ทับทวีให้มากเข้าก็จะเห็นภัยในวัฏฏสงสาร บังเกิดธรรมสังเวชสลดจิตคิดเบื่อหน่ายในสังขารและนามรูป เมื่อปัญญารู้แจ้งสว่างชัดขึ้นทำลายอวิชชาเป็นมูลรากฝ่ายเกิดดั่งนี้ ตัณหาและทิฏฐิก็เบาบางหมดไปตามระดับคุณธรรมที่ปฏิบัติได้ สามารถ

* วิปัสสนาแบบโบราณกำหนดญาณไว้เพียง ๑๐ ญาณ มี **สัมมสนญาณ** เป็นเบื้องต้น และมี**อนุโลมญาณ** เป็นญาณสุดท้าย (โปรดดู **วิปัสสนาญาณ**หน้า ๑๙๑-๑๙๔ ของหนังสือนี้)

ปล่อยวางอุปาทานในขันธ์ทั้ง ๕ ได้ยิ่งขึ้น สิ้นรักสิ้นใคร่ สิ้นอาลัยยินดีในการครองขันธ์และทำนุบำรุงขันธ์เกินความจำเป็น อยากจะไปเสียให้พ้นจากสังขารนี้ก็ไม่อาจกระทำได้ เหมือนดังนกที่ติดอยู่ในกรง หรือปลาที่ติดเบ็ด จึงได้แต่วางเฉย เพิกเฉยในสังขาร เป็น**สังขารุเปกขาญาณ** แล้วจึงยกจิตนั้นขึ้นให้บริสุทธิ์ ใสสะอาดจากเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย โดยน้อมไปเพื่อ**อาสวักขยญาณ** พิจารณา**ปฏิจจสมุปบาทธรรม** อันมีนัยอยู่ใน**อริยสัจ** ให้เห็นทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ สภาวะที่ทุกข์ดับเพราะเหตุดับ และหนทางปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ เพื่อกระทำอาสวะให้สิ้นเชื้อไม่เหลือเศษ เป็นพระอรหันต์ขีณาสพผู้มีอาสวะสิ้นแล้วต่อไป ด้วยการนำเอาญาณทั้งสองในเบื้องต้น คือ **ปุพเพนิวาสานุสติญาณ** และ **จุตูปปาตญาณ** นั้นมาเป็นอุปการะให้สิ้นดั่งนี้

เมื่อผู้ปฏิบัติภาวนาสามารถละสัญโญชน์เบื้องต่ำ ๓ ประการคือ **สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา** และ**สีลัพพตปรามาส**ได้แล้ว ธรรมกายพระโสดาปัตติมรรคก็จะตกศูนย์ แล้วปรากฏเป็นธรรมกายพระโสดาปัตติผลบังเกิดขึ้นเต็มส่วน ขนาดหน้าตัก ความสูงและเส้นผ่าศูนย์กลางดวงธรรม ๕ วาเต็ม ขาว ใสบริสุทธิ์ มีรัศมีปรากฏ เห็นได้ชัดเจนตลอดเวลา และก็จะมีญาณหยั่งรู้ถึงการบรรลุพระโสดาปัตติผลนั้น

ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมเป็นผู้มีโลภะ โทสะ และโมหะอันเบาบางลงมากแล้ว ธรรมกายพระสกทาคามิมรรคก็จะละเอียดขึ้นแล้วตกศูนย์ ปรากฏเป็นธรรมกายพระสกทาคามิผล มีขนาด ๑๐ วา ขาว ใส บริสุทธิ์ และมีรัศมีสว่างยิ่งขึ้นไปอีก จนผู้ปฏิบัติธรรมนั้นเห็นชัดเจนอยู่ตลอดเวลาก็จะมีญาณหยั่งรู้การบรรลุพระสกทาคามิผลนั้น

เมื่อละสัญโญชน์เบื้องต่ำได้อีก ๒ คือ **ปฏิฆะ** และ **กามราคะ** ธรรมกายพระอนาคามิมรรคก็จะละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก แล้วก็จะตกศูนย์และจะปรากฏธรรมกายพระอนาคามิผลขึ้นเต็มส่วน ๑๕ วา ขาว ใส บริสุทธิ์ มีรัศมีปรากฏยิ่งขึ้นไปอีก จนเห็นธรรมกายพระอนาคามิผลของตนเองชัดเจนตลอดเวลาก็จะมีญาณหยั่งรู้การบรรลุพระอนาคามิผลนั้น

และเมื่อผู้ปฏิบัติธรรมสามารถละสัญโญชน์เบื้องสูงอีก ๕ ประการได้แก่ รูปราคะ อรูปราคะ อุทธัจจะ มานะ และ อวิชชา ได้แล้วธรรมกายพระอรหัตมรรคจะละเอียดหนักขึ้นไปอีก แล้วตกศูนย์ปรากฏเป็นธรรมกาย พระอรหัตผลขยายโตเต็มส่วนมีขนาดหน้าตัก ความสูง และเส้นผ่าศูนย์กลางดวงธรรม ๒๐ วา ขาว ใสบริสุทธิ์ และมีรัศมีสว่างยิ่งนัก เห็นธรรมกายพระอรหัตผลชัดเจนอยู่ตลอดเวลา แล้วก็จะมีญาณหยั่งรู้การบรรลุพระอรหัตผลนั้น

■ ■ ■ ■

อานุภาพธรรมกาย

ศศิประภา ศากยะบุตร *

ภาค ๑
ธรรมกายรักษาโรคได้จริงหรือ

หลวงป๋าได้พยายามสั่งลูกมาหลายหนแล้วว่าช่วยเขียนเล่าต่อประสบการณ์ที่เกี่ยวกับอานุภาพธรรมกายที่เคยประสบมาสู่กันฟังบ้าง แต่ข้าพเจ้าก็พยายามหลีกเลี่ยงมาตลอด ด้วยเหตุผลในใจหลายประการและเหตุผลทางกายอีกมาก

ประการสำคัญก็คือ พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่ว่าด้วยเหตุและผล และให้พิจารณาเหตุผลตามกำลังปัญญาอย่างถ่องแท้ แล้วปัญญาก็จะพัฒนาดีขึ้นดีขึ้น ถ้าเปรียบเทียบกับแสงสว่างแห่งดวงไฟ ถ้าได้ใช้ปัญญาบ่อย ๆ ก็เท่ากับเติมฟืนในกองฟืน ความสว่างจากกองไฟก็จะมากขึ้นตามลำดับ การที่ผู้อ่านได้อ่านเรื่องอานุภาพต่างๆ ต้องพิจารณาให้ถ่องแท้ อย่ายอมเชื่อเสียง่าย ๆ เพราะนั่นก็เป็นบ่อเกิดแห่งความงมงายและชักนำไปในทางที่ไม่ใช้ปัญญานั่นเอง

ประการที่สอง การทำงานและเวลาไม่อำนวย

---

* แพทย์หญิง คุณ(หญิง)ท่านหนึ่ง แห่งโรงพยาบาลบำรุงราษฎร์ และโรงพยาบาลกรุงเทพ

ให้ได้มีโอกาสเขียน เพราะปัจจุบันก็ทำงานอยู่ ๔ แห่งแล้ว และยังอยากจะเรียนรู้มากขึ้น ก็ศึกษาทางไกลจากมหาวิทยาลัยสุโขทัยฯ เพื่อพัฒนาตน แต่พอจะสอบเข้า ก็ต้องดูหนังสือให้รู้เรื่อง จึงใช้เวลาหมดไป

ประการที่สาม ด้วยเหตุที่เป็นหมอรักษาผู้ป่วยตามแผนปัจจุบัน เรื่องที่จะนำมาบรรยาย มิได้อยู่ในวงจำกัด ถ้าผู้อ่านได้พิจารณาแต่เพียงผิวเผิน อาจว่าหมอคนนี้ถ้าจะฟั่นเฟือน

เมื่อวันที่ ๔ ได้ฟังหลวงป้าปรารภว่าจะรวบรวม

พิมพ์ "อานุภาพธรรมกาย" เล่มใหม่ และประจวบกับโอกาสเหมาะคือ เพิ่งสอบเสร็จ และคนไข้ก็น้อยลง เพราะก่อนสอบลดกำลังตรวจไป ๑ สัปดาห์ เลยได้ฤกษ์เสียที

ตั้งแต่เริ่มได้ธรรมกายครั้งแรก ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๒๕ มาแล้ว สิ่งที่สนใจที่สุดและใคร่จะศึกษา คือเกี่ยวกับการรักษา และเคยอ่านประวัติว่า หลวงพ่อวัดปากน้ำ พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ก็เคยมีโรงงานทำวิชชารักษาโรค ๒๔ ชั่วโมง และที่หน้าแท่นบูชาหลวงพ่อก็มีแบบฟอร์มให้ผู้ที่มากราบไหว้ได้เขียนอาการของโรคไว้

ด้วยเหตุที่เป็นแพทย์แผนปัจจุบันก็ย่อมสงสัยอยู่เป็นธรรมดา

หลวงพ่อพระภาวนาโกศลเถระว่า โรคนี้เป็นจากภายในมิได้จากภายนอก เพราะเป็นอวิชชาทางสายดำส่งมาเพื่อบังคับการปกครองของเขา เพราะทางฝ่ายดำ (อกุสลาธัมมา) นี้ก็ต้องให้ทุกข์แก่ผู้อื่นเป็นสำคัญ ถ้าจะแก้โรคต้องแก้ที่ธาตุธรรมของผู้ป่วยตามไปให้สุดคือที่ส่งโรคมา

แม้หลวงพ่อจะอธิบายให้ฟัง และสอนวิธีแก้ก็ยังไม่มั่นใจ เพราะยังไม่เคยคิดแก้ให้ใคร จนกระทั่งเมื่ออาจารย์แพทย์ที่เคารพผู้หนึ่ง ได้ป่วยหนักด้วยโรคที่ไม่สามารถจะรักษาได้ เพราะเป็นมะเร็งที่ลำไส้ใหญ่ ด้วยอาจารย์เคยเป็นกรรมการแพทย์ถวายการรักษาพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งเป็นที่ไว้วางพระราชหฤทัย และได้เคยถวายการรักษาอย่างใกล้ชิด พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ ก็ทรงแสดงความห่วงใยมาก

สมเด็จพระนางเจ้าฯ ยังโปรดพระราชทานเทปสวดมนต์และเทศน์ ของท่านเกจิอาจารย์หลายองค์ และได้ยินว่า ทรงโปรดให้ติดต่อท่านเกจิอาจารย์ที่มีชื่อเสียงให้ช่วยเหลือกันมาตลอด อาการของอาจารย์หนักเป็นระยะ ๆ แต่ก็พ้นอันตรายมาได้หลายต่อหลายครั้ง ทุกครั้งแพทย์ผู้รักษาจะฉุกคิดถึงการรักษาแก้ไขได้ และให้การรักษาโดยถูกต้องจนอาการบรรเทาลง

สำหรับตนเองก็เคยคิด ๆ ที่จะทดลองดู ก็ไปกราบเรียนหลวงพ่อพระภาวนาฯ ให้ท่านช่วย หลวงพ่อกลับบอกว่า "หมอแหละ ไปช่วยเอง" ก็เลยไม่กล้า จึงได้ชะลอการทดลองไว้ จนกระทั่งคืนหนึ่งตอนใกล้รุ่งสางฝันว่า ได้ตามเสด็จพระเจ้าอยู่หัวไปพระราชทานน้ำอาบศพ แต่พอถึงแท่นที่ศพนอนอยู่กลับเป็นอาจารย์หมอ ก็ตกใจว่าทำไมอาจารย์สิ้นชีวิตแล้วหรือ พระเจ้าอยู่หัวรับสั่งว่า "เราช่วยจนเต็มที่แล้ว" ตัวข้าพเจ้าก็ฉุกคิดว่า "เอะ แต่เรายังไม่ลองเลยนะ" หันกลับไปมองอาจารย์ปรากฏว่า อาจารย์ลุกขึ้นนั่งแล้วว่า "ลองดูซิ"

ตื่นขึ้นมา วันนั้นยังจำภาพได้ติดใจ เป็นวันเสาร์ตอนเช้าก็รีบไปที่โรงพยาบาลที่อาจารย์หมอนอนป่วยอยู่ พบภรรยาอาจารย์หมอ ถามอาการของอาจารย์ ทราบว่าเมื่อคืนเลือดออกมาก ต้องให้เลือดไปอีกหลายถุง จึงฟื้นขึ้นมา จึงได้เล่าให้ภรรยาอาจารย์ฟังว่า เป็นผู้ปฏิบัติธรรมและอยากจะลองช่วยอาจารย์ถ้าไม่ขัดข้อง ภรรยาอาจารย์ก็ให้อนุญาต

ตามความรู้สึกของตนว่า การส่งคลื่นความช่วยเหลือก็เหมือนส่งวิทยุ ดังนั้นผู้รับจะต้องปรับคลื่น (tune) ให้ตรงกัน และผู้ส่งจะต้องอยู่ในศีล จึงจะมีแรงส่ง พลังส่งได้ผล และหลวงพ่อพระภาวนาฯ สั่งว่าให้ส่งระยะทางไกลและหลังจากส่งแล้ว ให้ชำระตนเองด้วย

ดังนั้น ก็ได้ช่วยแนะนำให้อาจารย์หมอนั่งสมาธิด้วยเหตุที่อาจารย์เคยนั่งอยู่บ้าง แม้จะไม่ใช่ทางแนวธรรมกายแต่ก็ในแนวพระพุทธศาสนานั่นแหละ ทำให้อาจารย์นั่งภาวนาได้ผลค่อนข้างเร็ว จนสามารถที่จะเห็นองค์พระหลาย ๆ องค์ได้

ในระยะนั้นข้าพเจ้าก็ถือศีล ๖ ข้อ คือ ศีลห้าและไม่รับประทานอาหารมื้อเย็น แต่ด้วยภารกิจอาหารกลางวันก็จะเลยเวลาไปประมาณบ่าย ๒ บ่าย ๔ ถึงอย่างไรเราก็คิดว่าได้ตั้งใจมั่นไว้และนั่งสมาธิทุกวันเช้าและก่อนนอนครบประมาณ ๗ วัน อาจารย์มีอาการดีขึ้น ทั้งนี้แพทย์ที่โรงพยาบาลก็ให้การรักษาไปตามปกติ ข้าพเจ้าไม่ได้ให้การรักษาทางแผนปัจจุบันใด ๆ ทั้งสิ้น ให้แพทย์โรงพยาบาลจัดการและไม่เคยได้ติดต่อพูดคุยกัน เพราะถือว่าเราจะทดลองทางสายหลวงพ่อวัดปากน้ำแต่อย่างเดียว ไม่ไปเปลี่ยนบรรยากาศการรักษาปัจจุบัน

พอครบ ๑๐ วัน อาจารย์หมอกลับบ้านได้ แต่ด้วยความรู้ทางแพทย์ว่า มะเร็งชนิดที่รักษาไม่หายและอายุสั้นนัก ก็ยังมีกังวลในใจมาตลอด เมื่ออาจารย์หมอกลับบ้านแล้ว ยังได้มีโอกาสนิมนต์หลวงพ่อพระภาวนาฯ ไปเยี่ยมอาจารย์ที่บ้าน และหลวงพ่อ

ก็ได้คุยกับอาจารย์ หลังจากนั้นไม่นานข้าพเจ้าเดินทางไปอิตาลี ๒ สัปดาห์ กลับมาได้ข่าวว่าอาการอาจารย์ทรุดลงอีก และมีผู้แนะนำให้อาจารย์รักษาทางศาสนาอื่น โดยสมาธิทางศาสนาอื่น ข้าพเจ้าก็ได้พยายามติดตาม (ทางใจ) แต่ไม่เป็นผล จึงเลิกรากันไป

จำต้องยอมรับความจริงว่า คนเราเกิดมาแล้วก็ต้องตาย การรักษาโรคเพียงแต่ลดการทรมานกายเท่านั้น และช่วยให้ไม่ตายก่อนกำหนด เมื่อถึงกำหนดเวลาทุกคนก็ต้องตาย การเข้าถึงพระธรรมช่วยให้ผู้ตายคงได้ไปเกิดใหม่ในที่ดีกว่าเดิม และมีโอกาสได้ปฏิบัติธรรมเพื่อมรรคผลนิพพานต่อไป

ที่จบไปก็เป็นรายแรกที่ได้ทดลอง ต่อมาก็ได้พยายามเมื่อมีโอกาส แต่ไม่กล้าบอกกับคนไข้โดยตรง เพราะถ้าเป็นผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติธรรมแล้ว อาจไม่เข้าใจและเห็นว่าเป็นหมอประหลาด การทดลองก็ช่วยได้บ้าง ช่วยไม่ได้บ้าง ตามแต่กรรมเก่าของเขา และแรงบันดาลใจของเรา เพราะบางครั้งภารกิจมาก เราก็เหนื่อยเกินไปที่จะอดอาหารเย็น และอยากจะนอนมากกว่า ประกอบกับที่ได้ศึกษาตำราต่างประเทศ ว่าสมาธิช่วยลดความดันได้ จากการทดลองทางวิทยาศาสตร์ ก็เลยได้พยายามสอนคนไข้ที่ยังไม่ป่วยมากให้นั่งสมาธิด้วยตนเอง การฝึกนี้ให้ฝึกที่**คลีนิคพัฒนาหทัย** ทุกวันพุธ เวลา ๘.๐๐ น.-๙.๐๐ น. มีคนมาฝึกมากบ้างน้อยบ้าง ตามสะดวกเพราะตนช่วยตนนี้ดีที่สุด ไม่มีอะไรดีกว่านี้ โรคทั้งหลายที่เกิดมาก็เพราะตัวเราเองรู้เท่าไม่ถึงการณ์นั่นเอง

ภาค 2
ธรรมกายรักษาโรคได้ผลหรือ

เมื่อท่านเจ้าคุณพระพรหมคุณาภรณ์ป่วย หลวงป้าได้แนะนำให้มาที่โรงพยาบาลกรุงเทพ ครั้งนั้นท่านเจ้าคุณมีอาการอัมพาตทางซีกขวาที่หน้า โดยมีอาการบ้วนน้ำแล้วไม่ลงกระโถน วันแรกที่ตรวจความดันสูงมากเข้าใจว่าอาการเกิดจากเส้นเลือดในสมอง จึงได้เรียนนายแพทย์ผู้เชี่ยวชาญทางสมองมารักษา

อาการทางสมองนี้บางครั้งก็ลุกลาม และอาจทำให้เกิดอัมพาตได้ ถ้าท่านเจ้าคุณซึ่งเป็นร่มโพธิ์ของเรา ของมูลนิธิของเรา เป็นอัมพาตก็ต้องแย่แน่ จึงได้พยายามดูแลอย่างใกล้ชิด และกราบเรียนทั้งหลวงพ่อพระภาวนาโกศลเถร และหลวงป้าเสริมชัยให้ช่วยกันหลาย ๆ แรงหน่อย

จากภาพถ่ายโดยคอมพิวเตอร์ทำให้ทราบตำแหน่งของเส้นเลือดสมองที่อุดตันชัดเจน เวลาข้าพเจ้านั่งภาวนาก็พยายามที่จะขยายเส้นเลือดนั้น (อาจเป็นนิมิตเองก็ได้) ทำอยู่อย่างนี้เกือบ ๒ อาทิตย์ ประกอบท่านเจ้าคุณเองก็ปฏิบัติอยู่ประจำ และแรงจากหลวงพ่อพระภาวนาฯ และหลวงป้า อาการของท่านเจ้าคุณก็ดีขึ้นเป็นลำดับ จนปัจจุบัน (ตั้งแต่พฤศจิกายน ๒๕๓๒) เกือบหายเป็นปกติแล้ว ยกเว้นแต่ยังต้องฉันยาควบคุมความดันเป็นประจำอยู่

■ ■ ■ ■

แวดวงธรรมกาย

วิชชาธร

ความสุข วลีสั้น ๆ ที่ทุกผู้ทุกนามเพียรพยายามแสวงหา ด้วยวิธีการที่แตกต่างกันไปตามแต่สติปัญญาความคิดอ่านของแต่ละบุคคล ที่จะนำออกมาใช้ไขว่คว้าและสะสมมันเข้าไว้ เพราะมีความเข้าใจผิด ๆ ว่า ยิ่งแสวงหาให้ได้มากก็จะยิ่งมีความสุขมากยิ่งขึ้น โดยทั้งสิ้นทั้งปวงที่ได้สะสมกอบโกยเข้ามาบำรุงบำเรอตนเองนี้ มักจะหนีไม่พ้นเพื่อจะมาปรนเปรอให้แก่ตา หู จมูก ลิ้น กายเสียทั้งสิ้น เพราะต้องให้อาหารแก่ตนเองด้วยรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส โดยวิธีราดรดจากภายนอก ดังนั้นคนทั้งหลายที่หลงเลือกวิธีสร้างความสุขให้แก่ตนเองด้วยการพอกพูนและสะสมจากสิ่งภายนอก จึงต้องพบกับความสุขปลอม ๆ ไม่จีรัง เพราะความสุขที่แท้จริงย่อมเกิดแต่ใจจากภายในของมันเอง และการเข้าถึงภายในใจของตนได้นั้น พระพุทธองค์ได้ตรัสแสดงหนทางไว้นานนับพันปีแล้ว

พระไพวงษ์ พลญาโณ
วัดมหาชัย จ.ปราจีนบุรี

● ***สาเหตุที่ทำให้มาสนใจในการปฏิบัติธรรม***

▲ คือเมื่ออาตมาเริ่มเข้ามาสู่ความเป็นภิกษุนี่ ก็สังเกตเห็นว่ามีพระสงฆ์จำนวนไม่น้อยที่บวชมาแล้วยังเอาแต่นั่ง ๆ นอน ๆ อยู่ ไม่ค่อยทำประโยชน์ให้แก่สังคม อาตมาก็เลยคิดว่าเราน่าจะทำประโยชน์ให้กับสังคม จึงได้เที่ยวออกศึกษาในสำนักครูอาจารย์ต่าง ๆ จนมีความคิดขึ้นว่า เราควรจะนำสังคมมิใช่สังคมนำเรา และนี่คือสาเหตุที่ทำให้อาตมาสละเวลาออกศึกษาหาความรู้ เพื่อจะได้นำไปเผยแพร่ให้แก่ผู้อื่นที่ยังไม่รู้อีกมากต่อไป

● ***ก่อนที่จะมาสนใจในแนวปฏิบัติแบบธรรมกาย ท่านเคยศึกษาแนวปฏิบัติแบบใดมาบ้าง***

▲ ประมาณราวพรรษาที่ ๒ ของการบวช อาตมาเคยฝึกหัดทางยุบหนอพองหนอ แล้วก็ภาวนาพุทโธ จากนั้นก็เริ่มนำไปสอนเด็ก ๆ แต่ในระยะนั้นก็ยังไม่พบความสำเร็จอย่างที่คิดไว้ ก็มาคิดว่าเราควรจะปรับปรุงวิธีใหม่ให้มีความก้าวหน้าที่ดีกว่านี้คงจะดี ก็พอดีได้อ่านหนังสือของหลวงพ่อสดจึงได้ข้อคิดต่าง ๆ มากมาย ก็เริ่มนำมาทดลองให้เด็ก ๆ ได้ฝึกดู ปรากฏว่าได้ผลอย่างคาดไม่ถึง

● ***การปฏิบัติภาวนาวิชชาธรรมกายจริง ๆ จัง ๆ ของท่านเริ่มแต่เมื่อใด***

▲ อันนี้จะว่าไปก็ต้องพูดว่า ได้มาเริ่มกันจริงจังก็ตอนมารับการอบรมในครั้งนี้แหละ

● ***เมื่อครั้งนี้เป็นครั้งแรก ท่านคิดว่าการฝึกแบบธรรมกายยากง่ายอย่างไร***

▲ คือถ้าเราจะคิดว่ายากมันก็ยาก จะคิดว่าง่ายมันก็ง่ายนะ เพราะสำหรับผู้ที่มีภูมิจิตมีบารมีมาทางนี้มันก็ง่าย ถ้าไม่มีภูมิจิตไม่มีวาสนาบารมีมาทางนี้ ก็คงเป็นไปด้วยยาก

● ***เรื่องวิธีการสอนของสถาบันฯ***

▲ อาตมาว่าดีนะครับ เพราะเป็นวิธีที่ช่วยให้พระสงฆ์เราได้มีสมาธิดีขึ้น ได้รู้ได้เห็นในสิ่งที่ควรรู้ควรเห็นตามที่เป็นจริง และโดยส่วนตัวของอาตมา ก็ว่าเป็นวิธีที่ง่ายดี

● ***ท่านคิดอย่างไรในเรื่องของบุญ-บาป***

▲ เกี่ยวกับเรื่องนี้ อาตมาเชื่อ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ว่าบุญ-บาปมีจริง แต่ก่อนที่ยังบวชใหม่ยังเชื่อครึ่งไม่เชื่อครึ่ง ต่อมาเมื่อได้ช่วยดูแลการฝึกภาวนาวิชชาธรรมกายให้กับเด็ก ๆ ตามตำหรับตำราและวิธีการนั้น ก็พบว่าเมื่อเด็กมีจิตดิ่งเข้าภายในกลางลูกแก้วในกลางกาย ต่อ ๆ มาจิตของแกก็หยั่งลงไปเห็นนรกภูมิได้ โดยบางครั้งก็มีพระพุทธรูปพาไปดูบ้าง มีพระธุดงค์พาไปชี้ให้ดูบ้างว่า คนทำบาปจะได้รับทุกขเวทนาอย่างนั้นอย่างนี้ โดยเมื่อเลิกนั่งแล้วก็มีการสอบถามอารมณ์เด็ก ก็ได้รับการบอกเล่าอย่างนี้จริง ๆ อาตมาก็มีความเชื่อ เพราะสภาพของเด็กนั้นไม่ได้มีการชักจูงเอาไว้ก่อนเลย แกทำของแกแล้วก็พบเห็นด้วยตนเอง

● ***แล้วเด็ก ๆ มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง***

▲ เด็ก ๆ เหล่านั้นเมื่อได้ยินได้ฟังเรื่องราวจากเพื่อนด้วยกัน ก็มีความกลัวบาปกรรม ซึ่งต้องถือว่าเป็นผลดีแก่เขา

● ***สมาธิจะช่วยอะไรได้บ้างในชีวิตประจำวัน***

▲ ในแง่ของผู้ทำงานนั้น สมาธิมีความหมายถึงความตั้งใจในการปฏิบัติหน้าที่นั้น ด้วยความไม่รวนเรก็เป็นการดีที่ไม่มีอะไรมารบกวนในสมองของเขา งานก็จะได้ผลดี ส่วนทางด้านนักศึกษา ก็เป็นการตั้งมั่นในจิตใจอย่างแน่วแน่ในการเรียน ซึ่งก็จะทำให้พวกเขาได้รับผลสำเร็จ ในด้านของผู้ปฏิบัติภาวนาสมาธิก็เป็นส่วนส่งเสริมให้เขาได้รับความรู้อีกแบบหนึ่ง คือ มีความเชื่อในเรื่องของบุญ-บาปได้มากทีเดียว

● ***ตอนนี้ท่านมีโครงงานอะไรในใจที่จะทำต่อไป***

▲ ขณะนี้กำลังคิดที่จะช่วยไปในด้านที่เน้นไปสู่เยาวชนให้เข้าใจในสภาพของธรรมะ กับเด็กระดับประถมไปจนถึงมัธยม เพื่อให้สนใจและเข้าใจเรื่องบุญ-บาป ฯลฯ ซึ่งมักจะไม่ค่อยเชื่อกัน โดยจะท้าให้มาพิสูจน์กันด้วยวิธีปฏิบัติว่า ถ้าเธอทำได้อย่างนี้ เธอก็จะได้พบได้เห็นแน่นอน ถ้าเธอทำตามนี้จริง

●●●

สามเณร วิชัย เมืองนก อายุ ๑๕ ปี
วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กทม.

● ***ได้บวชเณรเมื่ออายุเท่าใด เพราะเหตุใด***

▲ ผมบวชเมื่ออายุได้ ๑๒ ปี ที่วัดนิยมธรรมวราราม จังหวัดนครปฐม เพราะตอนนั้นวัดมีการบวชสามเณรภาคฤดูร้อน แล้วผมเองก็นึกอยากบวชอยู่ด้วย

● *เพราะเหตุใดจึงมาอยู่วัดปากน้ำ*

▲ ต้องถือว่าเป็นเรื่องของความเมตตาของพระคุณท่านเจ้าคุณพระราชปริยัติกวี (รองเจ้าอาวาสวัดปากน้ำ) ที่ท่านได้กรุณาส่งเสริมอุปการะผม เพราะตอนนั้นท่านเจ้าคุณราชได้ไปทำหน้าที่พระอุปัชฌาย์ที่วัดนิยมฯ เมื่อท่านพบผมท่านก็ได้นำมาอยู่วัดปากน้ำ ทำให้ผมได้เล่าเรียน และอยู่ในการปกครองของท่านแต่บัดนั้นครับ

● ***ได้เรียนอะไรบ้าง ยากง่ายอย่างไร***

▲ ผมได้เรียนทั้งนักธรรมและบาลี วิชานักธรรมนั้นผมคิดว่าค่อนข้างจะพื้น ๆ อยู่ไม่ค่อยยาก วิชาบาลีนั้นค่อนข้างจะยากแต่ก็ท้าทายดีครับ ตอนนี้ผมก็เพิ่งสอบเสร็จ รู้สึกว่าไม่ง่ายแต่ก็พอจะทำได้

● ***วาดอนาคตว่าจะเรียนไปถึงแค่ไหน***

▲ ผมว่าทุกคนที่มาเรียนบาลี ก็คงต้องการได้ถึงประโยค ๙ แต่ก็คิดไว้เหมือนกันว่า เราจะไปได้ถึงหรือเปล่า ซึ่งก็แล้วแต่ความขยันของเรา

● ***ทำไมถึงได้มาอบรมอยู่ที่สถาบันฯ***

▲ คือตอนแรกก็คิดว่า พอสอบเสร็จก็จะไปนั่งสมาธิปฏิบัติธรรมบนหอวัดปากน้ำ เพื่อถวายหลวงพ่อ แต่พอสอบเสร็จก็มีสามเณรเสกสรรค์ คำพรม ได้มาชวนให้ไปปฏิบัติที่สถาบันฯ ก็พอดีตรงกับความตั้งใจที่จะนั่งสมาธิอยู่แล้ว ผมก็เลยตกลงใจ และไปขออนุญาตท่านเจ้าคุณราชฯ มาปฏิบัติธรรม

● ***มีความรู้สึกอย่างไรบ้างเมื่ออยู่ที่สถาบันฯ***

▲ เมื่อก้าวเข้ามาผมก็รู้สึกอบอุ่นแล้วครับ เพราะได้พบหลวงป๋า ซึ่งท่านก็ได้ให้คติคำสอนดีหลายข้อ ตลอดจนคำแนะนำต่าง ๆ ในเรื่องการปฏิบัติผมรู้สึกว่าท่านมีความเมตตากับทุก ๆ คนที่ได้มาปฏิบัติธรรม

● ***การได้อยู่กลดเป็นอย่างไรบ้าง***

▲ ความจริงผมเคยลำบากมาแล้ว เพราะเป็นคนต่างจังหวัดมาก่อน เพียงแต่อาจจะมีแมลงเยอะบ้าง อาหารการฉันก็ใช้ได้ไม่ลำบากอะไรเลย

● ***ผลการปฏิบัติเป็นอย่างไร***

▲ ผมตั้งใจแต่แรกว่าจะให้เห็นดวง แต่ก็ยังไม่เห็นนะครับ คงเป็นเพราะว่าผมยังใช้เวลานั่งน้อยไป และใจยังฟุ้งซ่านอยู่มาก ยังไม่นิ่ง แต่คิดว่าใจผมตอนนี้จะสงบกว่าแต่ก่อน หลังจากที่ได้ผ่านการฝึกมานี้ หากมีโอกาสและได้รับอนุญาตจากท่านเจ้าคุณราชฯ อีก ผมจะมาอบรมอีกในการอบรมใหญ่ครั้งต่อไป

●●●

หลักธรรมเพื่อการดำเนินชีวิต ไปสู่ความเจริญและสันติสุข

ชยมงฺคโล ภิกขุ
ณ วัดวชิรธรรมปทีป นครนิวยอร์ค สหรัฐอเมริกา
เมื่อวันที่ ๒๔ พฤษภาคม ๒๔๓๓

เจริญพร ญาติโยมทุกท่าน วันนี้อาตมภาพก็อยากจะเจริญพรในลักษณะคุยกันอย่าให้เรียกว่าบรรยายธรรมเลย

เรามาปฏิบัติธรรม ที่เรียกว่าธรรมปฏิบัติ คืออย่างไร ? แล้วก็มีวัตถุประสงค์อย่างไร ? อันนี้ให้เข้าใจเสียให้หนักแน่น แน่นอน เมื่อเราเข้ามาศึกษาปฏิบัติธรรม เราจะได้รู้เหตุรู้ผล ให้สมกับที่เราเป็นพุทธศาสนิกชน อาตมาเห็นก็ชื่นอกชื่นใจนะ ที่ญาติโยมมาตั้งใจปฏิบัติกันอย่างเต็มที่อย่างนี้ บางท่านก็อาจจะทราบแล้วในเรื่องที่อาตมาจะพูด และบางท่านก็อาจจะยังไม่ทราบก็อยากจะให้เข้าใจ มันก็เรื่องพื้น ๆ ที่ท่านทั้งหลายส่วนใหญ่จะทราบดีอยู่แล้ว แต่รายละเอียดอาจจะเสริมให้เข้าใจลึกซึ้งยิ่งขึ้น คือว่า**พระพุทธเจ้าท่านสอนเราให้ละชั่ว ให้ทำดี ให้ทำใจให้ใส** มีเหตุมีผลอย่างยิ่ง เหตุและผลนี่ ผลสำคัญคือ **ถ้าใครปฏิบัติตามนี้แล้วมีลักษณะเป็นการบำบัดทุกข์บำรุงสุขแก่ตัวเองและทั้งแก่ผู้อื่นด้วย** อันนี้ขอให้เข้าใจให้ชัดเจนที่ว่าธรรมปฏิบัติเป็นเครื่องบำบัดทุกข์นี่ พระพุทธเจ้าท่านสอนให้เราละชั่ว เพราะอะไร อันนี้เราต้องเข้าใจเสียก่อนว่า ความชั่วคืออะไร ?

ให้จำไว้เลยว่าความชั่วมันมีตั้งแต่หยาบไปละเอียด แต่ว่า**การกระทำใด ๆ ทางกายก็ดี ทางวาจาก็ดี ทางใจก็ดีที่เป็นความไม่ดี** เรียกว่า**เป็นความชั่ว เป็นบาป เป็นอกุศล เมื่อทำลงไปแล้ว ไม่ว่าจะโดยการกระทำก็ดี พูดก็ดี คิดก็ดี มีผลให้เป็นความทุกข์ความเดือดร้อนแก่ตัวเอง** แล้วก็นั่นแหละชื่อว่า "**ความชั่ว**" แล้วส่วนใหญ่ไม่ให้ความเดือดร้อนแก่ตัวเองแต่ฝ่ายเดียว ยังให้ความเดือดร้อนแก่ผู้อื่นด้วย

มักจะเป็นไปอย่างนั้น นี่ประการหนึ่งที่เรียกว่าความชั่ว **ลักษณะของความชั่ว** คือ**เมื่อทำไปแล้วเดือดร้อนทั้งตนเองและผู้อื่น** ให้จำไว้เลย ไม่ว่าจะเป็นเรื่องหยาบเรื่องละเอียด เห็นได้ง่ายเห็นได้ยาก ให้เอาอันนี้เป็นหลักพระพุทธเจ้าท่านจับจุดนี้เป็นสำคัญ และว่า **เมื่อทำความชั่วไปแล้วจิตใจเศร้าหมองด้วยกิเลส คือกิเลสเป็นตัวเหตุนำเหตุหนุนให้บุคคลคิดผิด รู้ผิด เห็นผิด ทำผิด พูดผิด นำคนอื่นผิด** นี้เรียกว่า "**ความชั่ว**" ทีนี้พระพุทธเจ้าท่านค้นพบนี่ ท่านค้นพบชัดเจนเลยว่าบุคคลเมื่อทำความชั่วลงไปแล้วมีผลเป็นความทุกข์ เดือดร้อน และความทุกข์นั่นบางทีเราเห็นได้ง่าย แต่บางทีเห็นไม่ได้ง่าย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องผลของกรรม ซึ่งความจริงนั้นเรื่องของกรรมดีกรรมชั่วเมื่อ

ทำไปแล้วนี่ ให้ผลเป็นทั้งความทุกข์ในส่วนของกรรมชั่ว เป็นทั้งความสุขในส่วนของกรรมดี พระองค์ท่านได้พิสูจน์มาโดยเหตุโดยผล อันนี้อาตมาจะเล่าลัดตัดความสักนิดในเชิงยกตัวอย่างในทางโลก ๆ ที่อาตมาเองก็ได้มีชีวิตเป็นฆราวาสอยู่ถึง ๕๗ ปี อาตมานั้นพึ่งบวชมาอย่างที่ท่านได้แนะนำแล้วว่า เมื่ออาตมาสร้างสถาบันมา ลงท้ายอาตมาตัดสินใจบวชก่อนกำหนดเกษียณ อาตมาทำงานอยู่สำนักข่าวสารอเมริกันที่กรุงเทพฯ และก็ทำงานในหน้าที่ทางด้านวิจัยและประเมินผล และคอมพิวเตอร์ด้วย แล้วก็มาลาออกเอาเมื่ออายุ ๕๗ ปี เพราะว่าเขามีกฎเกณฑ์ว่าเมื่อลาออกแล้วในช่วงอายุนี้ก็จะได้บำเหน็จ เป็น severance pay แล้วก็ได้บำนาญเมื่ออายุ ๖๒ ปี ก็เลยลาออกเพื่อเอาปัจจัยทั้งหลายให้กับครอบครัว และตัวเองก็สละมาอย่างนี้ แล้วก็ตั้งใจจะมาทำหน้าที่ที่สละมานี่สุดความสามารถก่อนตาย ก็เลยสละมาอย่างนี้ ทีนี้ขณะที่อาตมาอยู่ในเพศฆราวาส อาตมาจะเล่าให้ฟังเลยว่า อาตมานั้นก่อนที่จะเข้ามาปฏิบัติธรรมะอย่างจริงจังก็ผ่านชีวิตทางโลกมาโชกโชน คือมีทั้งสุรานารีพร้อมเสร็จ คือเขามีอะไรดีก็มีกับเขาทั้งนั้นพร้อมหมด ทีนี้สิ่งหนึ่งซึ่งอาตมาสังเกตมานะโยม คือว่าชีวิตนี้ไม่ขึ้นมีแต่ทำท่าจะ... บางครั้งก็ตกต่ำ และบางครั้งนะทำงานไปเงินเดือนก็ไม่ขึ้น การเลื่อนชั้นเลื่อนตำแหน่งไม่ขึ้น ทั้ง ๆ ที่อาตมานั้นทำงานอย่างหนัก พูดอย่างง่าย ๆ คือพึ่งจบการศึกษาในชั้นปริญญาโทมาก็เข้าทำงานเป็นผู้ช่วยฝ่ายวิจัย ของ Regional Research Officer ของ USIS ซึ่งมีอาณาเขตของการทำงานในภาคพื้นเอเชียอาคเนย์ทั้งหมด ก็ทำอย่างเต็มที่แต่ปรากฏว่าเงินเดือนไม่ขึ้น ทำจนกระทั่งแม้แต่ว่าตัวหัวหน้างานของอาตมาผู้เป็น Regional Research Officer นี่ แกรับงานมาก รับงานมากเหลือเกินต้องวิเคราะห์ต้องวิจัยตลอด ผลปรากฏว่า nervous breakdown เมื่อแกบรรเทาลงแล้วลงท้ายแกก็ฆ่าตัวตายนะ แก Committed suicide คว้านท้องตาย ทำให้อาตมาเห็นเหตุผลปัจจัยหนึ่งที่อาตมาเข้ามาศึกษาปฏิบัติธรรม แต่ก่อนหน้านั้นอาตมาประสบเหตุการณ์ที่สำคัญในชีวิตก็คือว่า ชีวิตบางครั้งตกต่ำ และทำมาหากินไม่ขึ้น อันนี้ให้โยมจำไว้ **ผิดศีล ๕ ข้อนี้หากินไม่ขึ้น** นี่อาตมาจะพูดจุดนี้ อาตมาได้เล่าให้ฟังอาตมาทั้งสุรานารีพาชีกีฬาบัตรทุกอย่างพร้อม แต่ก็ไม่ได้ว่าถึงขนาดชั่วแค่ไหนหรอก แต่ว่าพอทรงอยู่ได้ไม่ถึงหนักหรอก แต่ว่ามันทำให้ กิจการงานนี่ไม่เจริญให้คุณโยมจำไว้เถอะ **แม้แต่ศีล ๕ ข้อ ใครทำผิดศีลบ่อย ๆ เข้าไม่มีเจริญสักราย**

เพราะฉะนั้นอันนี้แหละที่พระพุทธเจ้าท่านทรงแสดงว่า ท่านเห็นหมดเลยว่า ทำชั่วอย่างนี้ ๆ จะได้รับผลอย่างไรต่อไปในอนาคต เพราะฉะนั้น**คุณโยมทั้งหลายน่ะโชคดีมาก**ที่ได้เข้ามาศึกษาและมาปฏิบัติธรรม ได้รู้ในเหตุได้รู้ในผลและได้ปฏิบัติเป็นบุญเป็นกุศลอย่างมาก **บุญกุศล**นี่หมายถึง**สิ่งที่จะมาเป็นความดีแก่เรา และให้ผลเป็นความสุขความเจริญแก่เรา** ที่คุณโยมมานี่ แต่ว่ามีอีกเป็นจำนวนมากที่ไม่มาและไม่รู้เรื่องนี้เลย ไม่รู้เรื่องนี้เลยว่าทำความชั่ว อย่างไรเรียกว่าความชั่ว? นี่พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้

ความชั่วทางกาย อย่างย่อ ๆ ก็ได้แก่การฆ่าสัตว์ตัดชีวิต การลักหรือฉ้อโกง **การประพฤติผิดในกาม การเสพสุราหรือสิ่งเสพติดให้โทษ** เป็นที่ตั้งแห่งความประมาททั้งหลายแม้แต่บุหรี่ **การเล่นการพนัน การติดเที่ยวกลางคืน**หรืออะไรทั้งหลายทั้งปวงนี่เป็นความชั่วทางกายทั้งหมด ผู้ที่ไม่รู้ได้แก่ใคร? ได้แก่ผู้ที่ไม่เข้ามาสัมผัส ก็ลูกหลานพี่น้องเราแหละคงจะมีประสบการณ์กันบ้างตามสมควร เพราะฉะนั้นอันนี้แหละพยายามชักนำลูกหลานนั่นแหละ มาประพฤติมาปฏิบัติธรรม มันอาจจะยากสักหน่อยแต่ก็ค่อย ๆ ทำ เพราะเขาไม่รู้ในเหตุในผล เพราะฉะนั้นอันนี้แหละที่อาตมาอยากจะนำมาเล่าให้โยมฟังว่าอาตมามีประสบการณ์ในชีวิตอย่างนี้ แต่เมื่อมาปฏิบัติธรรมแล้ว อาตมาปฏิบัติอย่างเต็มที่ ทั้งศีลสมาธิ ปัญญา ก็ตั้งใจปฏิบัติใน ๓ ปีแรกทรง ไม่ดีขึ้น จนกระทั่งหลังจากนั้นเมื่อใจเรามันค่อนจะสะอาดจริง ๆ ปฏิบัติได้ผลดีพอสมควร แน่วแน่มั่นคงแล้วปรากฏว่าหน้าที่การงานของอาตมานั้นขึ้นพรวด ๆ ๆ ไปเลย ขึ้นมาอยู่แนวหน้าหมด ตลอดจนกระทั่งก่อนที่จะลาออก เป็นที่รักใคร่ชอบพอและนับถือของบุคคลผู้ร่วมงานตั้งแต่ผู้บังคับบัญชาสูงสุดลงมาต่ำสุด นี่อันนี้ก็อาตมาเลยเล่าให้คุณโยมฟังถึงผลของการทำความดี เมื่อกี้ได้เล่าให้ฟังว่าพระพุทธเจ้าบอกว่าให้ละชั่ว เพราะฉะนั้นนี่อาตมาเล่าให้ฟังว่าความชั่วทางกายมีอย่างนี้ แต่มันยังมีมากกว่านี้

ความชั่วทางวาจา อันนี้โยมคงทราบ ได้แก่ **การพูดโป้ปดมดเท็จ พูดไร้สาระ พูดยุแยกให้เขาแตกสามัคคี พูดคำหยาบ** เป็นต้นเหล่านี้ อันนี้ก็เป็นความชั่ว ความชั่วทั้งหมดนี่ ถ้าใครทำบ่อย ๆ เนือง ๆ ไม่แต่เพียงจะได้รับผลในปัจจุบัน ในไม่ช้าทันตาเห็นในชาตินี้ เมื่อแตกกายทำลายขันธ์ หรือตายไปแล้วนั้นมีทุคติเป็นที่ไปแน่นอน แน่นอนเลย ทุคติเป็นอะไรบ้าง ? ที่ไปคือ**ภูมิของเปรต สัตว์นรก อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน** อันนี้ก็เป็นเรื่องที่พระพุทธเจ้าท่านพิสูจน์แล้วเหมือนกัน ท่านพิสูจน์แล้วจึงเห็นเหตุและผลอย่างนี้ บางท่านก็อาจจะพอพูดเรื่องนรกเรื่องสวรรค์ อาจจะนึกว่ามันไม่ใช่เลยไม่เชื่อ และแม้แต่พระภิกษุเองบางทีก็สอนแต่เพียงว่า นรกคือความไม่สบายใจ หรือไม่ก็ว่ามีอยู่คือคุกตะรางอย่างนั้น สวรรค์ก็คือ ที่เขาอยู่กันสุขสบายเรียกว่าสวรรค์ ก็นึกอย่างนั้น หรือว่าใจสบายเรียกว่าสวรรค์มันถูกเหมือนกัน แต่มันถูกส่วนหนึ่ง **จริง ๆ แล้วนรกและสวรรค์มีจริง** พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้แล้วก็ถ้าใครปฏิบัติภาวนาได้ไปถึงธรรมกายแล้ว ไม่ต้องไปถึงธรรมกาย แค่ดวงใสนี่โยมเห็นเปรตได้แล้ว ถ้ารู้วิธีทำ ถ้าถึงกายทิพย์นี่เห็นมากละ ถึงสวรรค์ก็เห็นละ สัตว์นรกนะเห็นละ ถ้าถึงกายพรหม อรูปพรหม ถึงธรรมกายละก็เห็นตลอด ตลอดหมดทั้งจักรวาล แต่ว่าอาจจะไม่ชัด อาจจะไม่ชัดเจน อาจจะไม่แน่นอนร้อยเปอร์เซนต์ แต่**ถ้าถึงธรรมกายที่ละเอียดไปถึงสุดละเอียด เห็นถึงนิพพาน** เห็นหมด **พระพุทธเจ้าท่านทรงเห็นมาก่อน** ทีนี้บางที**การปฏิบัติธรรมนี่ ถ้าปฏิบัติไม่ถูกวิธีมันก็ไม่ได้เห็น** จุดมันอยู่ตรงนี้ เพราะฉะนั้นบางคนก็ปฏิเสธนรกสวรรค์ทั้ง ๆ ที่เป็นผู้ปฏิบัติธรรม แต่ผู้ปฏิบัติธรรมในสายธรรมกายนี่ นับตั้งแต่หลวงพ่อวัดปากน้ำ และก็ผู้ที่เขาปฏิบัติถึงธรรมกายทั้งหลายทั้งปวงรู้เห็นนรกสวรรค์ทั้งสิ้น เป็นของจริงไม่ใช่ของปลอม แต่ว่าอยู่ที่ไหน ชี้ไปตรงไหนมันชี้ไม่ได้ แต่ถ้ารู้เห็นแล้วจะรู้ว่าอยู่ที่ไหน ทีนี้ก็เมื่อเข้าใจถึงเรื่องความชั่วเป็นอย่างไร ทางกาย ทางวาจา

อาตมาแถมนิดหน่อย**ความชั่วทางใจ**เป็นเรื่องสำคัญ ที่ว่าทางใจน่ะ **นี่เป็นตัวกิเลสเลย กิเลสนี่เป็นตัวเหตุนำด้วย เป็นเหตุหนุนด้วย ให้บุคคลคิดผิด รู้ผิดเห็นผิด แล้วก็ทำผิด พูดผิด เป็นความชั่ว** ตัวนี้แหละเป็นเรื่องสำคัญ ทางกายทางวาจา พระพุทธเจ้าท่านเห็นแล้วว่ามีโทษอย่างนี้ ๆ ท่านบอกให้ละชั่วละชั่วทางกาย ทางวาจา โดยการรักษาศีลนะคุณโยมนะ อย่างน้อยศีล ๕ ถ้าใครมีจิตศรัทธารักษาถึงศีล ๘ ก็ยิ่งดี ทีนี้**ความชั่วทางใจ** ก็อย่างที่เรารู้กันแล้วนั่นแหละ ได้แก่ **ความโลภไม่มีที่สิ้นสุด** หรือจะมองอีกมุมหนึ่งเรียกว่า**ตัณหา** ความโลภนี่เช่นว่า**เราตั้งใจกระทำความดีสุดความสามารถได้ผลเท่าไรเอาเท่านั้น อย่างนี้ไม่ใช่ความโลภ เป็นสัมมาอาชีวะของชนคนดี** แต่ "**โลภ**" ที่ว่านี่ คือ**หมายความว่ามันอยากได้มากจนกระทั่งว่ามันคิดจะได้โดยวิธีที่ไม่ชอบหรือโดยทุจริต คิดกบฏคดโกงเขา** นั่นแหละไอ้**โลภตัวนี้แหละมันเป็นโทษหนัก มันเป็นตัวเหตุนำเหตุหนุนจิตใจให้คิดผิด รู้ผิด เห็นผิด ทำผิดแล้วก็ตะเกียกตะกายเอามาอย่างผิด ๆ** นี่แหละโลภตัวนี้แหละ **แต่ถ้าว่าเราตั้งใจทำคุณความดี ทำกิจการงานด้วยความอุตสาหะวิริยะ ด้วยการตั้งใจรักษากิจการงานรักษาทรัพย์ของเราให้อยู่ดี ให้เจริญรุ่งเรือง ด้วยการคบมิตรที่ดี ด้วยการรู้จักใช้สอยทรัพย์ตามกำลังที่เราทำมาหาได้ อันนี้กลับเป็นธรรมปฏิบัติที่ดี ที่ให้ผลเป็นความสุขความเจริญในปัจจุบัน ไม่จัดเป็นความโลภนะ เป็นสัมมาอาชีวะของชนที่ครองเรือน** เพราะฉะนั้นความโลภนี่ต้องเข้าใจให้ดี โลภนี่หมายความถึงว่าคิดที่จะอยากได้ของคนอื่น แม้วิธีการที่ผิดคือทุจริต กบฏคดโกงต่าง ๆ หรือการทำลายล้างผลาญคนอื่นเพื่อให้ตัวเราได้ แล้วก็อีกอันหนึ่งก็คือตัว "**ตัณหา**" ราคะทั้งหลายทั้งปวง คำว่าตัณหาราคะอย่าไปนึกถึงแต่เพียงว่าเป็นเรื่องหยาบคายนะ ให้นึกถึงว่าความยินดีความพอใจ ความยึดติดในรูป เสียง กลิ่น รส ในสิ่งสัมผัสทางกายทั้งหลาย แล้วก็มีความทะยานอยาก อย่างนี้ก็เป็นโทษทางใจ เพราะว่ามัน**เป็นตัวเหตุนำเหตุหนุน กระตุ้นให้ทะยานอยากเกินจำเป็นเกินขอบเขต** ก็จะกลายเป็นทุจริตไป ทีนี้อีกอันหนึ่งก็คือ "**โทสะ**" นี่ก็ดี "ราคะ" ก็ดี กิเลสเหล่านี้นะโยมนะ **ถ้าว่าใครปล่อยใจให้เป็นไปตามอำนาจของอารมณ์ มันจะขึ้นเหมือนว่าวท้องสนามหลวงเรานี้แหละ ขึ้น ๆ ไปจนสุดสายป่านแล้วมันก็ขาดลอย ไม่มีหางเสือ ฉันใดก็ฉันนั้น ทั้งราคะทั้งโทสะ**

เพราะฉะนั้นท่านที่เข้ามาศึกษาปฏิบัติธรรมมาฝึกอบรมใจให้สงบ ให้หยุดให้นิ่ง อันนี้เพื่อระงับกิเลสทางใจ ทำใจให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ เป็นเครื่องช่วย พึงให้เข้าใจว่า **ถ้าใครเพาะอารมณ์ ราคะหรือโลภะก็ดี โทสะคือความโกรธไปจนถึงความพยาบาทบ่อย ๆ ขี้หงุดหงิด มันเป็นโทษมาก** ก่อนอื่นก็คือปัจจุบันนั่นแหละ เป็นคนไม่สบายหรอก เป็นคนขี้โมโห ขี้หงุดหงิด ขี้โกรธ อันนี้แหละมันเป็นโทษเป็นเหตุนำเหตุหนุนให้ประพฤติผิด เสียบุคคลิกแล้วก็เสียความทรงตัวของตัวเอง เรามาปฏิบัติทั้งหมดนี่เพื่อมาละตัวกิเลสเหล่านี้นะ เพราะว่ากิเลสเป็นเหตุแห่งทุกข์ เพราะฉะนั้นเมื่อมาปฏิบัติแล้วนี่อาตมาพยายามบอกญาติโยมเสมอว่า เดี๋ยวจะมานั่งหลับตา ๆ เฉพาะที่นี่ แล้วกลับไปก็เป็นอย่างเก่านะโยมนะ อันนั้นผิดวัตถุประสงค์ของธรรมะ

ธรรมปฏิบัตินั้นเมื่อมาปฏิบัติแล้ว มาตั้งใจสงบแล้ว รู้เหตุรู้ผลว่าเมื่อไหร่เราเคยโกรธ ๑๐ ครั้ง ให้มันลดลงไปเหลือทีละ ๘-๗ ครั้ง ๖ ครั้ง ๕ ครั้ง ต่อไป ๆ ก็ค่อย ๆ บรรเทา และนี่คือ การปฏิบัติธรรมะที่ได้ผล **เพราะฉะนั้นต้องรู้เหตุต้องรู้ผล** และ **ถ้าเมื่อปฏิบัติธรรมได้ผล** มันเป็นยังไง ? **ก็สบาย สบายแล้วมันไม่ใช่สบายแต่ตัวเรา สบายหมดบ้านเลย** ให้สังเกตเถอะ ถ้ามีคนขี้โกรธ ขี้อะไร อยู่ในบ้านเราสักคนนึง ขี้หงุดหงิด ขี้อะไร โอ๊ย แย่แล้ว หมดทั้งบ้านไม่เป็นสุข และก็พลอยเป็นโรคติดต่อกันอีกหลายอย่าง เพราะฉะนั้นอันนี้มาปฏิบัติธรรมนี่ให้รู้ซะ **เราพยายามสงบ ก็ดึงคนอื่นเขาสงบด้วย** คนอื่น ถ้าว่ามีคนขี้โกรธ เจ้าอารมณ์ ขี้โมโหอยู่ใกล้เรา ถ้าว่าเราใจเย็น ๆ หนัก ๆ เข้าก็ยิ้มใส่บ้างอะไรบ้าง ถ้าจะพูดกันก็พูดกันดี ๆ โดยเหตุโดยผล เดี๋ยวคนขี้โกรธอยู่ใกล้เรามันก็อายไปเอง ก็หายไปเอง อย่างน้อยก็ไม่กล้ามาวุ่นวายกะเรา **อย่างน้อยที่สุดใจเราสบายกว่าเพื่อน หน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสอยู่เรื่อย ๆ มันก็กลายเป็นสุขกายสบายใจ** อันนี้ต้องพยายามลดแล้ว "**ความหลง**" หลงนี่เหมือนกัน มาปฏิบัติธรรมแล้วอย่าหลง คือธรรมะนี่จริง ๆ ก็เป็นกฎเกณฑ์ธรรมชาติ ซึ่งเมื่อพิจารณาโดยสติปัญญาโดยทั่วไปแล้ว เมื่อเราปฏิบัติลึกลงไป ๆ คือว่า ถ้าง่าย ๆ ก็คือว่า **ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่วนี่** ของง่ายที่สุด เข้าใจง่ายที่สุด เพราะฉะนั้นอย่าไปนึกว่า เอ เราทำชั่วนิดนึง คนไม่เห็น ไม่เป็นไรมั้ง มันมีโทษทั้งนั้นแหละ หนักเบาตามส่วน

เพราะฉะนั้น **ให้เรารู้จักบาปบุญคุณโทษ** บุญเราก็ทำซะ บาปเราก็เลิกซะ เพียรเลิกบ่อย ๆ เรากลายเป็นคนสบาย มีทรัพย์ก็มีอย่างสบาย ถึงทรัพย์มันจะลดมันจะบกพร่อง มันสูญหายเสียหายไปบ้าง เราก็อยู่อย่างสบาย อย่างสบายอย่างคนดีแล้วก็จิตใจแจ่มใส เพราะเชื่อแน่ว่าอันนี้ก็จะเป็นประโยชน์แก่ทุกท่าน ทีนี้ในทางตรงกันข้าม **เมื่อทราบความชั่วทางกาย ทางวาจา ทางใจ** มันมีเหตุมีผล **ว่ามันเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดทุกข์ให้มัวหมองทางจิตใจ** และก็ไม่ใช่ทุกข์เฉพาะเรา ทุกข์คนอื่นด้วยอยู่รอบข้างทุกข์ด้วยกันหมดแล้ว **เพราะฉะนั้นเพียรลด**นะโยม ลดโดยวิธีไหน ? นี่แหละเรา**มาปฏิบัติธรรม ทำภาวนาสมาธิ** ทำเพื่ออะไร ? มันเหมือนกับเครื่องบินนะ เครื่องบินเร็ว ๆ อย่าง

เครื่องบินรบนี่เวลามันจะลงนะ ให้สังเกตดูนะ มันจะมีร่มชูชีพ กระตุกเอาไว้ให้มันช้าลง ช้าลงเพื่อตัวเองจะได้อยู่ในทิศทางร่องรอยที่จะลงรันเวย์ให้ได้ดี ฉันใดฉันนั้น สมาธิเหมือนกัน **เมื่อเราฝึกบ่อย ๆ เข้าจนถึงขั้นว่าเห็นดวง เห็นกาย** หรือ**แม้แต่ไม่เห็นก็อย่านึกว่าไม่ได้ผล นึกให้เห็นศูนย์กลางเอาไว้ให้ใส เดิน ยืน นั่ง นอน นึกให้เห็นไว้เรื่อย เวลามีปัญหาที่มันจะไม่สบายใจ หรือจะเป็นกิเลสเหตุแห่งทุกข์ทั้งหลายทั้งปวงเหล่านี้ ใจเราจรดนิ่งที่ศูนย์กลางไว้ประเดี๋ยวเดียวมันสงบ** มีอะไรมากระทบเรา จรดใจนิ่งไว้ **ถ้าพยายามนิ่งแล้วมันยังไม่สงบ "สัมมา อะระหัง ๆ" ไว้ไม่เกิน ๑๐ ครั้ง รับรอง ความโกรธมันบรรเทาไปเยอะ เมื่อมันบรรเทาไป** กิเลสทั้งหลายเมื่อมันบรรเทาไปส่วนหนึ่งนะ **สติเรามี** ลงท้าย **สมาธิทำเพื่ออะไร ? เพื่อให้มีสติ** ไม่ใช่นั่งหลับตาเฉย ๆ ไม่รู้อะไร นั่งไปเฉย ๆ อาจารย์ท่านสอนให้หยุดในหยุดกลางของหยุด ก็นั่งเฉย ว่าหยุดตามไปด้วย หยุดอะไรก็ไม่รู้พอกลับไปบ้าน เวลามีปัญหากระทบตัว สติไม่อยู่กะร่องกะรอยเสียแล้ว อันนั้นมันก็ผิดวิธีนะ เพราะฉะนั้น ต่อไปนี้**ทำสมาธิเพื่อให้มีสติ** เหมือนเครื่องบินเวลามันจะลง กลัวจะหกคะเมนเกงเก้ผิดทิศทาง กางร่มชูชีพเสียหน่อย กระตุกให้มันบรรเทาความเร็วลง **กิเลสเราหรืออะไรมากระทบใจเราปุ๊บ ใจเราอยู่ศูนย์กลางปั๊บ** ให้จำไว้เลย **อันนี้แก้ไขปัญหาได้เลย เข้ากลางปุ๊บ** ไม่รู้ละ **ถ้าใครเคยเห็นดวงก็นึกเข้าอยู่ศูนย์กลางดวง พอมันเห็นดวงใสหน่อยเดียวมันหมดแล้วละ ความสงบมันเกิดแล้ว พอเกิดแล้วนี่เราจะพูดเราจะแก้ปัญหารับรองว่าผิดพลาดน้อย กิริยาอาการของเราก็ผิดพลาดน้อย เพราะฉะนั้นทุกอย่างมันก็ดีไปเอง ดีไปหมด** จะทำกิจการงานใด ๆ จะเป็นลูกจ้างเขาก็เป็นลูกจ้างที่ดี รับรองว่าคนไม่เกลียดตั้งแต่ผู้บังคับบัญชานายจ้างลงมา เพื่อนร่วมงานหรือแม้ผู้น้อยกว่า ลูกน้องไม่เกลียด **ผู้ที่เป็นเจ้าของกิจการหรือทำงานใหญ่ เรื่องสมาธิที่จะก่อให้เกิดสติสำคัญที่สุด**ถ้าเราเป็นคนที่ไม่มีสติเพราะขาดสมาธิ สมาธิช่วยให้ใจสงบ สติช่วยให้เราคิดอะไรผิดอะไรถูก อะไรควรไม่ควร ผิดชอบชั่วดี พูดอย่างง่าย ๆ ก็คือ**สามารถเอาสติปัญญาที่ถูกต้องเหมาะสมมาใช้ได้** แต่คนเราในขณะที่เกิดอารมณ์รัก โกรธ เกลียด ชอบชัง หรือโลภะ ราคะ โทสะ โมหะ มันเข้าครอบงำแล้วนี่ สติจะมาเอาปัญญามาใช้อย่างนี้ไม่ได้ เพราะฉะนั้นให้เอาไปใช้ ต่อแต่นี้ไปเมื่อปฏิบัติภาวนาแล้วให้จำไว้ว่า ต้องการผลของการทำสมาธินี่ ว่า

(หนึ่ง) **ให้เกิดปัญญารู้ผิดชอบชั่วดี รู้ทางเจริญทางเสื่อม**

(สอง) **ให้เกิดสติสอนตัวเอง** สติไม่ใช่อะไรอื่น รู้สึกตัวสอนตัวเอง อ้อไอ้นี่มันไม่ดี ไอ้นี่มันไม่ถูก มันควรจะเป็นอย่างนี้ **แต่ใจมันต้องสงบเสียก่อน เรื่องก็ไม่ต้องลุกลามใหญ่โต เรื่องใหญ่กลายเป็นเรื่องเล็ก เรื่องเล็กก็สบายไปเลย** แล้วยิ่งท่านที่มีภาระหน้าที่รับผิดชอบสูงในกิจการงาน รับผิดชอบในทรัพย์สินก็ดี ในการบริหารงานก็ดี ในการปกครองคนก็ดี หรือแม้แต่เป็นพ่อเป็นแม่คนก็ดี ถ้าเราเป็นผู้มีสติ ไม่ลุแก่ราคะ โทสะ โมหะ คอยมีสติอยู่เรื่อย ๆ พิจารณาเหตุสังเกตผลอยู่เรื่อยแล้ว **เราสามารถที่จะเอาสติสัมปชัญญะจากสมาธิ และ**

ปัญญาที่เราได้นี้แหละ เอาไปใช้แก้ปัญหาได้ แนบเนียนดีนัก คุณโยมฝึกบ่อย ๆ **แล้วจะดีเอง**

อาตมาจะเล่าให้ฟัง สมัยก่อนอาตมาเป็นคนเจ้าอารมณ์ ผู้บังคับบัญชาที่ต้องฆ่าตัวตายก็เพราะเป็นคนเจ้าอารมณ์ ขี้โทสะ ทำอะไรไม่ได้ดั่งใจก็โกรธหน้าแดง แบบอเมริกันต้องทุบโต๊ะหน่อย ทุบมือหน่อย God damn ! นั่นต้องอย่างนั้น ถึงจะเท่แล้วทำงานก็ต้องให้ได้ดังใจ เอาเป็นเอาตาย แล้วก็ระงับยับยั้งอารมณ์ไม่อยู่ ก็เกิดทุกข์กับตัวเองและผู้อื่น แต่พอ**เรามีสติสัมปชัญญะที่ดี** แล้วก็นั่นแหละ**การแก้ปัญหาชีวิตก็ดี แก้ปัญหาในวงงานก็ดี แก้ปัญหาใด ๆ ก็ดี แก้ได้ เพราะฉะนั้นเมื่อแก้ได้แล้ว ชีวิตก็มีแต่ความสุข** อาตมาเคย แต่ก่อนนี้**ทำงานก็เป็นแบบโรคติดต่อตามหัวหน้า คือทำงานจะให้ได้ดีที่สุด ถ้าลูกน้องเขาทำไม่ถูกใจก็โกรธตามกันอย่างนี้แหละ ไม่ได้ผลโยม งานไม่ดี ไม่ได้รับความร่วมมือที่ดี** แต่ว่าการแก้ปัญหาบางอย่างนะโยม มันยาก เมื่อมันยากแล้วนี่ตอนหลังเมื่อไปฝึก**สมาธิแล้ว ลองนั่งนิ่ง ๆ คำตอบปัญหาที่เราได้จากใจที่เป็นสมาธินี่ แทบไม่น่าเชื่อ บางทีมันกลายเป็นการแก้ปัญหาที่ง่าย ๆ ไปได้** อามาแก้ปัญหาแล้วแก้ได้ **ในขณะที่เราวุ่นวายหัวใจ** ไม่มีสมาธิ ไม่มีสติ ไม่มีสัมปชัญญะ แหม ทำอย่างนั้นละมั้ง ทำอย่างนี้ละมั้ง ไอ้ทั้งหมดนั่นแหละ **ถ้าทำไปเสียหายหมด ถ้าว่าใจเรานิ่ง ๆ สบาย ๆ ลองสงบดูสักหน่อย นิ่ง ๆ จรดศูนย์กลางไว้ ศูนย์กลางให้ใสเข้าไว้ แล้วก็นึกถึงปัญหาและวิธีแก้ปัญหาปุ๊บ มันจะปรากฏข้อแก้ปัญหาออกมาอย่างดี** ถ้าโยมฝึกสมาธิอย่างนี้แล้ว รู้ผิดชอบชั่วดี บาปบุญคุณโทษแล้ว และการแก้ปัญหาลึก ๆ ซึ่งจะต้องอาศัยสติปัญญานี่ จงเอาสมาธิไปใช้ให้ได้ผล ทำได้เท่าไหร่เอาเท่านั้น โยมไม่ต้องห่วง แต่ให้มีสมาธิ แล้วให้มีสติ พอมีอะไรเกิดขึ้นกระทบปุ๊บ หยุดไว้ก่อน พอหยุดแล้วนิ่ง ๆ แล้วค่อยคิดออก แล้วก็นั่นแหละ จะคิด จะพูด จะทำอะไร มันก็ได้ผล เอาละนะวันนี้ก็คิดว่าสมควรแก่เวลา ขอให้คุณโยมมีความสุข ความเจริญ อย่าได้มีความทุกข์โศก โรคภัยทั้งปวงนะ เจริญพร.

■■■■

ถอดเทปโดย พระมหาประเสริฐ ปญฺญาเสฏฺโฐ
กองบรรณาธิการ นิตยสารธรรมกาย

เสียงจากผู้ปฏิบัติ

บ.ก.

วัดถ้ำผาจม
ต.เวียงพางคำ อ.แม่สาย จ.เชียงราย ๕๗๑๓๐

๕ กรกฎาคม ๒๕๓๓

เจริญพรมายังคุณโยมสมจิตร์ อารีรอบ ทราบ

อาตมาได้รับหนังสือธรรมกาย นิตยสารเพื่อการเผยแพร่พระสัทธรรม ซึ่งคุณโยมได้เป็นเจ้าภาพส่งมาถวายเป็นธรรมทานแก่ส่วนรวมเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ด้วยความดีใจเป็นอย่างยิ่ง ที่คุณโยมได้ส่งแว่นธรรมมาให้พระภิกษุสามเณรได้ศึกษากัน นับว่าเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมมาก

อาตมาขออนุโมทนา และขอบคุณ ๆ โยมมา ณ โอกาสนี้ด้วย และขอบุญบารมีที่คุณโยมได้กระทำมาในครั้งนี้ จงเป็นผลสะท้อนย้อนกลับไปดลบันดาลให้คุณโยมพร้อมทั้งครอบครัวจงมีสุขภาพพลานามัยแข็งแรง ปราศจากทุกข์โศกโรคภัยนา ๆ ประการ ขอให้มีความสุขเกษมสำราญในร่มพระธรรมคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้าตลอดไป จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็ขอให้ได้กำไรตลอดไป ขอให้มีความสุขกายสบายใจตลอดกาลนานด้วยเทอญ สาธุ

เจริญพรมาด้วยเมตตาธรรม

พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย)

ที่พิเศษ ๘/๒๕๓๓ ห้องสมุดลานโพธิ์ วัดบึงบวรสถิตย์

๒๙ มิถุนายน ๒๕๓๓

เรื่อง ขออนุโมทนาและขอบใจ

เจริญพร คุณวีระ เนตยกุล

อาตมาภาพในนาม คณะปฏิบัติธรรมลานโพธิ์ วัดบึงบวรสถิตย์ ขออนุโมทนาและขอบใจในกุศลศรัทธาของคุณวีระ เนตยกุล ที่ได้เป็นเจ้าภาพถวาย นิตยสารธรรมกาย ประจำเดือนเมษายน - มิถุนายน ๒๕๓๓ แก่คณะปฏิบัติธรรมฯ นิตยสารธรรมกาย ที่คุณได้ส่งมานั้นนับว่ามีประโยชน์มาก เพราะที่วัดนี้มีการสอนนั่งสมาธิตามแนววิชชาธรรมกาย ที่หลวงพ่อสด จนฺทสโร ได้สอนเป็นแนวปฏิบัติมานานเกือบ ๑๐ ปี โดยที่วัดมีพระเถระท่านได้สอนการนั่งและมีการบรรยายธรรมในวันพระ มีการนั่งทุก ๆ คืน และที่วัดก็ได้นำญาติโยมสาธุชนไปปฏิบัติธรรมที่สถาบันฯ ราชบุรี ตลอดมา มีการจัดส่งพระภิกษุ สามเณร ไปร่วมอบรมพระกัมมัฏฐานประจำเกือบทุกรุ่น ตั้งแต่ รุ่นที่ ๑๐ ถึงปัจจุบันนี้ และที่วัดมีห้องสมุดประจำวัดด้วย สำหรับให้พระภิกษุ สามเณร ญาติโยมสาธุชนทั่วไป มาศึกษาค้นคว้าหาความรู้

ดังนั้น หากที่วัดนี้มี นิตยสารธรรมกาย หรือเป็นเทปธรรม ตามแนววิชชาธรรมกาย ของหลวงพ่อสดก็ดี ของพระอาจารย์เสริมชัย ชยมงฺคโล ก็ดี จัดส่งมาเป็นประจำทุก ๆ เล่มหรือเรื่องที่สำคัญต่าง ๆ ที่ได้อัดเทปไว้ ก็คงจะเป็นประโยชน์มิใช่น้อย เพราะที่ห้องสมุดนี้ไม่มีใครเป็นเจ้าภาพถวายนิตยสารธรรมกายและเทปธรรมเลย ซึ่งแท้ที่จริงการปฏิบัติธรรมนั้นต้องใช้ตำราค้นคว้าหาความรู้ใหม่ ๆ เสมอ อาตมาภาพจึงบอกคุณให้รู้ไว้เพื่อพิจารณาและช่วยกรุณา หาหนทางที่ได้บอกไว้ดังกล่าวด้วย

สุดท้ายนี้อาตมาภาพและคณะปฏิบัติธรรมลานโพธิ์ ขออำนวยอวยพรให้คุณวีระ เนตยกุล และครอบครัว จงประสบความสุขความเจริญในชีวิต และจงเจริญก้าวหน้าในฐานะและการงานทั้งปวง เทอญฯ

เจริญพร

(พระกอบชัย อัตตสันโต)
ผู้อำนวยการห้องสมุดบานโพธิ์

Dr.Tan Peck Hong
Kuala Lumpur, Malaysia

Dhammakaya Buddhist meditation is very popular in Thailand especially in Bangkok Wat Paknam and Wat Saket. At Present, through the effort of Mr. Wishan, this technique of meditation is also introduced here in Kuala Lumpur to make it available to the devotees who are keen and ernest in their pursuit on the path of purity, the teaching of which is in accord with the Buddha Dhamma. For many months, Mr.Wishan and I have been working patiently and persistently in the programme and arrangement of the meditation sessions in Wat Chetawan and Wat Meh Liew. Our effort has been fortunately recognized by the Meditation monks of **Wat Pahnam and the Committee of the Dhammakaya Buddhist Meditation Foundation, Bangkok.**

After ten months since its inception, we can say that the establishment has been on a proper course; thanks also to the support of monks and the main committee from both temples.

Mr.Wishan, as he said, after looking back through the past he feels happy of the achievement of this project and that the time has come for him to hand over responsibility to the local team.

This Meditation Project, as I understand, has been the responsibility of the main commette of both Thai temples; and that the project teammates is designated and approved by the main committee whice is answerable for project activities.

I hereby forward this matter to Mr.Kasim who is from the main committee for further discussion and determination pertaining to the new designation.

We have here many devotees who have been to the Dhammakaya Buddhist Meditation Institute, Rajburi, Thailand to advance their meditation training; and many of them have attained spiritual experiences, opening to them a new vista for further mind development. I am sure that many of these devotess are in the position and would be willing to help.

May the righteous effort - prevail.

Pol. Capt.Wishan Prasertsamran
Kuala Lumpur, Malaysia

The Project of Dhammakaya Buddhist Meditation held in Kuala Lumpur Thai temples has already been established since March 1989. I had earlier made necessary arrangement for the foundation of this project with the help of the main committee of the Thai Temples in Kuala Lumpur and the committee of the Dhammakaya Buddhist foundation in Bangkok.

The project was started off with the visit of **Phra Achaan Sermchai** and his team of monks and officials. Following which, programme for the meditation sessions were fixed in wat chetawan on Monday and Wednesday at 08.00 p.m. and Wat Meh Liew on Saturday at 08.00 p.m. and Sunday at 10.30 a.m. We have Phra Manah from wat Chetawan and **Luong Poh Po** from wat Meh Liew to kindly preside over every session, drawing many devotees to practise dhamma.

Subsequently, Meditation monks **Phra Viboon** visited to help strengthen the faith of the faith of the local dhamma devotees.

During the year 1989, few local monks have been supported by the project and sent for advance meditation course in the **Dhammakaya Buddhist Meditation Institute** in Rajburi, Thailand.

In early December 1989, ten local devotees headed by **Dr.Tan Peck Hong** were recomended to atted the meditation session in The Dhammakaya Buddhist Meditation Institute, Rajburi, Thailand.

In reviewing through the past, I have try to co-ordinate and help the devotees to understand the Buddha Dhamma as practised in the Thai tradition; this is made possible through the effort and support from Dr. Tan and his teammates.

I am happy to hand over the responsibility to the local team and wish that they can work in co-ordinating with the main committee of both temples. While I shall be observing their activities and ready to offer my help should they need me at any time.

ตอบปัญหาธรรม

พระเสริมชัย ชยมงฺคโล

ถาม การเจริญภาวนาเบื้องต้นมีหลักอย่างไร?

ตอบ หลักในการเจริญภาวนาเบื้องต้นซึ่งพระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ ท่านเจ้าคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ได้แนะนำให้ประพฤติปฏิบัติเพื่อทำใจให้หยุดนิ่ง เพื่อให้สิ้นจากกิเลสนิวรณ์เครื่องกั้นปัญญาให้ได้ผลดีที่สุดนั้น พระเดชพระคุณหลวงพ่อได้ให้คำแนะนำเป็นหลักปฏิบัติ มีหลักสำคัญนั้นอยู่ ๓ ประการ

ประการที่หนึ่ง คือให้กำหนดองค์บริกรรมนิมิต

ประการที่สอง คือให้กำหนดองค์บริกรรมภาวนาคู่กัน

ประการที่สาม ให้กำหนดที่ตั้งของใจไว้ ณ ศูนย์กลางกาย เหนือระดับสะดือ ๒ นิ้วมือ

สำหรับ **ประการที่หนึ่ง** ที่ว่า**ให้กำหนดบริกรรมนิมิต** นั้น พระเดชพระคุณหลวงพ่อได้กำหนดให้ผู้ปฏิบัติตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจอยู่ในกลางของกลาง ตรงกลางจุดเล็กใสนี้เป็นสำคัญ ส่วนองค์บริกรรมภาวนานั้น ให้ใช้คำบริกรรมภาวนาว่า "สัมมาอะระหัง ๆ" โดยให้ภาวนาไปที่กลางของกลาง ตรงจุดเล็กใสกลางดวงแก้วกลมใส และที่ตั้งของใจที่จะให้เอาใจไปจรด ไปหยุด ไปนิ่งนั้น กำหนดให้เอาใจไปจรด ไปหยุด ไปนิ่ง ณ ศูนย์กลางกายเหนือระดับสะดือประมาณ ๒ นิ้วมือ

เหตุผลที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อได้กำหนดหลักสำคัญ ๓ ประการนี้ไว้ ก็เพราะว่า การกำหนดให้ตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจอยู่ในกลางของกลาง ตรงจุดเล็กใส กลางดวงกลมใสนั้น ก็เอาหลักมาจากการเพ่งกสิณแสงสว่าง ที่ชื่อว่า "**อาโลกกสิณ**" ซึ่งโดยธรรมชาติเมื่อผู้ปฏิบัติภาวนาธรรมเพ่งกสิณแสงสว่างที่ชื่อว่าอาโลกกสิณนั้น เมื่อใจสงบระงับเป็นสมาธิแน่วแน่มั่นคงพอประมาณได้อุคคหนิมิตแล้ว

จะเห็นเป็นดวงใส แต่ว่าอยู่ไม่ได้นาน ถ้าอยู่ได้นานก็ถึงปฏิภาคนิมิต นี้เป็นผลของการเพ่งกสิณแสงสว่างในระดับกลาง คือเมื่อเพ่งกสิณแสงสว่างแล้วคือมองให้เห็นแสงสว่างแล้วหลับตานึกให้เห็นด้วยใจ เมื่อใจหยุดนิ่งพอประมาณ เกิดอุคคหนิมิตเห็นเป็นดวงใสบ้างเป็นครั้งคราว แต่ไม่ได้นาน นี้เป็นผลของการเจริญอาโลกกสิณในระดับกลาง ซึ่งจะเป็นไปในระดับสูง คือปฏิภาคนิมิต ซึ่งจะเป็นสมาธิที่แนบแน่นถึงขั้นอุปจารสมาธิอันเป็นเบื้องต้นของปฐมฌาน

พระเดชพระคุณหลวงพ่อได้เอาผลในระดับกลางของการเพ่งกสิณ คือระดับอุคคหนิมิตนี้แหละ เอามาใช้เป็นเบื้องต้นของการเจริญภาวนาธรรมนี้โดย

ให้ตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจอยู่ในกลางของกลางตรงจุดเล็กใส กลางดวงแก้วกลมใส ตรงศูนย์กลางกาย เหนือระดับสะดือ ๒ นิ้วมือเอาไว้ให้มั่นอันนี้เป็นอุบายวิธีที่ช่วยให้ผู้ปฏิบัติภาวนาธรรมสามารถรวมใจหยุดเป็นจุดเดียวกันได้เร็ว เพราะเป็นการรวมความเห็น ความจำ ความคิด ความรู้ ซึ่งธรรมชาติที่แท้จริงแล้วเป็นดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด ดวงรู้ ที่ขยายส่วนหยาบออกมาจากธาตุละเอียดของนามขันธ์ ๔ คือธาตุละเอียดของเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ อันตั้งอยู่ในกลางธาตุละเอียดของรูปขันธ์ตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม ซึ่งรวมเรียกว่า "**ใจ**" ให้รวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน โปรดเข้าใจว่าเห็นอยู่ที่ไหนด้วยใจ ใจก็อยู่ที่นั้น เพราะฉะนั้น นี้เป็นอุบายวิธีที่สำคัญที่สุดที่ได้ผลดีที่สุดโดยตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจจะมารวมอยู่ที่ความเห็น ความจำ ความคิด ความรู้ ในดวงแก้วกลมใส แล้วศูนย์กลางของดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด ดวงรู้ ก็จะมารวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน ตรงกลางดวงแก้วกลมใสนั้น คือตรงศูนย์กลางดวงแก้วพระเดชพระคุณหลวงพ่อจึงให้ใช้หลักนี้เป็นหลักที่หนึ่ง

เมื่อใจรวมหยุดเป็นจุดเดียวกันแล้ว ผลที่สำคัญเกิดขึ้น คือปรากฏดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย ใสสว่างปรากฏขึ้นตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม เมื่อปรากฏอย่างนี้แล้ว ใจอันประกอบด้วยดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด ดวงร ก็รวมหยุดเป็นจุดเดียวกันตรงนั้นได้ **เมื่อธาตุธรรมเห็น จำ คิด รู้ รวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน ธาตุละเอียดของขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ ก็รวมหยุดเป็นจุดเดียวกันตรงนั้นเหมือนกัน ก่อให้เกิดพลังและผลดีที่สำคัญที่สุด คือ ทิพจักขุ ทิพโสตเจริญขึ้นอย่างรวดเร็ว ณ ที่ตรงนั้น อันเป็นผลให้ใช้สำหรับพิจารณาสภาวธรรมที่ละเอียด ๆ ให้เห็นตามที่เป็นจริงได้** นี้เป็นผลดีของการให้ตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจอยู่ในกลางของกลาง ตรงจุดเล็กใส กลางดวงแก้วกลมใส ซึ่งเป็นปฏิภาคนิมิตนั้นเป็นกสิณกลาง ปฏิภาคนิมิตจากการเพ่งอาโลกกสิณหรือกสิณแสงสว่างนี้ เป็นกสิณกลาง ที่ว่าเมื่อใครเพ่งกสิณอะไรแล้วจะต้องเห็นเป็นดวงใสสว่างด้วยกันทั้งหมด ถ้าว่าหยุดในหยุด กลางของหยุด ให้ละเอียดเข้าไปถึงปฏิภาคนิมิต แต่ปฏิภาคนิมิตนั้นมารวมหยุดถูกกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิมอันเป็นที่ตั้งของธรรมในธรรม ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย ซึ่งเบื้องต้นของธรรมในธรรม ที่วัตถุประสงค์ของการเจริญภาวนาให้มีสติพิจารณาเห็นธรรมในธรรมมาซ้อนตรงกัน เพราะฉะนั้นดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายซึ่งตั้งอยู่ตรงนั้นมีใจรวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน คือเห็น จำ คิด รู้ อยู่ตรงนั้น ประกอบกับใจหยุดเพราะปฏิภาคนิมิตเกิดขึ้นตรงนั้นด้วย ซ้อนกันถึง ๓ อย่าง เห็นใสเด่นสว่างขึ้นมา เป็นดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย **เมื่อใจหยุดในหยุด กลางของหยุด กลางดวงธรรมนั้น ปฏิภาคนิมิต ก็หมดหน้าที่ เพราะใจรวมหยุดเป็นจุดเดียวกันตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิมแล้ว ใจที่รวมหยุดเป็นจุดเดียวกันก็ทำหน้าที่พิจารณาเห็นธรรมในธรรม เห็นกายในกาย เห็นจิตในจิต และเวทนาในเวทนาสืบต่อไปได้**

นี้เป็นผลดีของการเจริญภาวนาโดยการเพ่งกสิณแสงสว่าง ซึ่งเอาดวงแก้วมาเป็นที่ตั้ง คือเอามาเพ่งเอามาให้จดจำ ให้นึก ให้เห็นด้วยใจ เป็นอุบายวิธีรวมใจให้หยุดเป็นจุดเดียวกันได้โดยง่าย จึงเหมาะแก่จริตอัธยาศัยของคนหลายจริตอัธยาศัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มักโกรธพยาบาท หรือผู้ที่มักมีความยินดีพอใจในกามคุณทั้ง ๕ มีรูป เสียง กลิ่น รส สิ่งสัมผัสทางกายเป็นต้น และผู้ที่มักฟุ้งซ่านไปในเรื่องต่างๆ เหล่านี้เป็นต้น สามารถที่จะรวมใจให้หยุดนิ่ง และปราศจากกิเลสนิวรณ์ทั้งหลายนี้เสียได้โดยง่าย

ทีนี้ส่วน **ประการที่สอง** ที่ว่า **ให้บริกรรมภาวนา "สัมมา อะระหัง"** นั้น เป็นเครื่องช่วยในการที่จะประคองใจให้มาหยุดเป็นจุดเดียวกันได้ง่ายขึ้น เพราะลำพังแต่การตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใสใจอยู่ในกลางของกลาง ตรงจุดเล็กใสนั้น อาจจะไม่พอสำหรับผู้ที่มีความฟุ้งซ่าน จึงต้องอาศัยบริกรรมภาวนาท่องในใจว่า "สัมมา อะระหัง ๆ ๆ" เข้ามาช่วย คำว่า "สัมมา อะระหัง" ความจริงมาจากคำว่า "สัมมาสัมพุทโธ" ซึ่งแปลว่าพระผู้ตรัสรู้แล้วเองโดยชอบ หมายเอาพระปัญญาคุณของพระพุทธเจ้า กับคำว่า "อะระหัง" แปลว่า พระผู้ไกลจากกิเลส หมายเอาพระวิสุทธิคุณของพระพุทธเจ้า เมื่อผู้เจริญภาวนานั้นบริกรรมภาวนาว่า "สัมมา อะระหัง ๆ" นั้น เท่ากับกล่าวพระนามใหญ่ของพระพุทธเจ้า ซึ่งน้อมหรือรวมพระพุทธคุณอันว่าด้วยพระปัญญาคุณและพระวิสุทธิคุณของพระพุทธเจ้าเอามา

ใสใจเรา ก็เป็นพุทธานุสตินั้นเอง เพราะพระนามใหญ่ของพระพุทธเจ้านี้ครอบคลุม พระพุทธคุณ อื่น ๆ เข้าไว้ด้วย เพราะฉะนั้นคำว่า "สัมมา อะระหัง ๆ" เป็นองค์บริกรรมภาวนานั้น มีประโยชน์ ๒ ประการ

ประการที่หนึ่ง เป็นเครื่องช่วยประคองใจให้หยุดนิ่ง ณ ศูนย์กลางจุดเล็กใส กลางดวงแก้วกลมใสตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิมนั้นได้ดียิ่งขึ้น มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ประการที่สอง เป็นพุทธานุสติ โดยที่ผู้บริกรรมภาวนาอยู่ตลอดนั้น นึกน้อมเอาพระพุทธคุณคือพระปัญญาคุณ และพระวิสุทธิคุณ เข้ามาสู่ใจเรานี้เป็น ๒ ข้อ

ส่วน**หลักสำคัญประการที่ ๓** ที่ว่า **ให้เอาใจไปหยุด ไปนิ่ง ตรงกลางของกลางศูนย์กลางกาย**ตรงนั้น **เป็นที่ตั้งกำเนิดธาตุธรรมเดิม เป็นที่ตั้งของธรรมในธรรม แล้วก็กายในกาย แล้วก็จิตในจิต** ซึ่งรวมเวทนาในเวทนา จิตในจิต ซึ่งรวมทั้งเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเข้าด้วยกัน หรืออีกนัยหนึ่งคือ เป็นที่ตั้งของธรรมในธรรม แล้วก็กายในกาย แล้วก็ใจของสัตว์โลกทั้งหลาย จากสุดหยาบไปสุดละเอียดของกายในภพสาม สุดหยาบคือของกายมนุษย์ ละเอียดไปก็ของกายทิพย์หรือทิพย์หยาบ ทิพย์ละเอียด รูปพรหมหยาบ รูปพรหมละเอียด อรูปพรหมหยาบ อรูปพรหมละเอียด ไปจนถึงสุด ละเอียดของกายในภพสามแล้วถึงธรรมกาย จากสุดละเอียดของธรรมกายถึงพระนิพพาน นับเป็นทางสายกลางและมัชฌิมาปฏิปทาด้วย

พึงเข้าใจว่า กลางกำเนิดธาตุธรรมเดิมนั้นนอกจากเป็นที่ตั้งของธรรมในธรรมแล้ว ยังเป็นที่ตั้งของใจอันถาวร คือเมื่อเวลาสัตว์จะเกิด จะดับ จะหลับ จะตื่น จะเกิด จะดับคือจะตาย จะหลับและจะตื่น ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย อันมี "**ใจ**" คือดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด ดวงรู้ ที่รวมหยุดเป็นจุดเดียวกันตรงกลางนั้น ดวงเดิมจะตกศูนย์ไปยังศูนย์กลางกายฐานที่ ๖ ตรงระดับสะดือพอดี ดวงใหม่คือดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย และ "**ใจ**" จะลอยเด่นขึ้นมาตรงศูนย์กลายกายฐานที่ ๗ เหนือ ระดับสะดือ ๒ นิ้วมือนี้ **จุดนี้จึงเป็นจุดที่สำคัญที่สุด ที่ผู้เจริญภาวนาธรรมพึงเอาใจมาหยุด มานิ่ง มาจรดตรงนี้ จึงจะเจริญภาวนาให้มีสติพิจารณาเห็นกายในกาย เห็นเวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม จากสุดหยาบไปถึงสุดละเอียด เป็นทั้ง ณ ภายนอก**

และ ณ ภายใน ไปจนสุดละเอียดถึงธรรมกาย และสุดละเอียดจากธรรมกายซึ่งเป็นธาตุล้วนธรรมล้วนถึงอายตนนิพพานได้ จุดนี้จึงเป็นจุดที่สำคัญ และเป็นที่สำคัญที่สุดของการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ที่ให้ได้ผลดีที่สุด

ทีนี้มีความสำคัญอื่น ๆ ประกอบเข้ามาด้วยใน ๓ หลักนี้ ก็คือว่า สำหรับผู้ที่เจริญภาวนาอานาปานสตินั้น คือการมีสติพิจารณาเห็นลมหายใจเข้าออก ไม่ว่าผู้เจริญนั้นจะตั้งสติพิจารณาเห็นลมหายใจเข้าออกกี่ฐาน เป็นต้นว่าฐานที่ ๑ ปากช่องจมูกหรือปลายจมูก ฐานที่ ๒ ตรงหน้าอกหรือตรงใกล้ลำคอ ฐานที่ ๓ ตรงกลางกายหรือตรงกลางพระนาภี นี้เป็นตัวอย่าง บางท่านอาจจะกำหนด ๒ ฐาน ๓ ฐานก็แล้วแต่ **เมื่อมีสติพิจารณาเห็นลมหายใจเข้าออกว่ายาวหรือสั้นว่าหยาบหรือละเอียด จนจิตละเอียดเข้าไปแล้ว ลมหายใจจะสั้นเข้า ๆ ละเอียดลงไป ๆ จนใจหยุดนิ่ง เพราะลมหยุดอย่างมีสติ ใจจะหยุดอยู่ที่ศูนย์กลางพระนาภีก็คือตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม เหนือระดับสะดือ ๒ นิ้วมือนั้นเอง** เพราะฉะนั้นพระเดชพระคุณหลวงพ่อจึงเน้นที่จุดศูนย์กลางกาย อันเป็นที่ตั้งของกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต และธรรมในธรรม หรือชื่อว่ากลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม อันเป็นที่สุดลมหายใจเข้าออก หรือต้นทางลมหายใจเข้าออก ซึ่งเมื่อเจริญภาวนามีสติพิจารณาเห็นลมหายใจเข้าออกสั้นเข้า ละเอียดไปจนสุดละเอียดแล้วจะหยุดตรงนั้นพอดี หยุดตรงกลางพระนาภี และ **ถ้าหากผู้ใดกำหนดเห็นบริกรรมนิมิต ไม่ชัดเจนในเบื้องต้น ก็จะใช้หลักอานาปานสติเข้าช่วยได้** คือขณะตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจอยู่ในกลางของกลางตรงจุดเล็กใส กลางดวงแก้วกลมใสนั้น **นึกให้เห็น หรือมีสติพิจารณาเห็นลมหายใจเข้าออกกระทบดวงแก้ว ก็จะเห็นดวงแก้วได้ชัด แล้วก็ปล่อยความสนใจในลมหายใจเข้าออก เพื่อให้ลมละเอียดและให้ใจหยุดนิ่งสนิทได้ง่ายยิ่งขึ้น ให้คงอยู่แต่การกำหนดองค์บริกรรมนิมิตบริกรรมภาวนา คู่กันไป ไม่ช้าใจจะรวมหยุดเป็นจุดเดียวกันตรงนั้นได้โดยง่ายและอย่างมีประสิทธิภาพ เมื่อใจหยุดนิ่งสนิทก็จะปล่อยองค์บริกรรมนิมิตและบริกรรมภาวนา เองโดยอัตโนมัติ** เพราะฉะนั้นจุดศูนย์กลางกาย เหนือระดับสะดือ ๒ นิ้วมือตรงนี้ มีสติพิจารณาเห็นองค์บริกรรมนิมิตบริกรรมภาวนา และเห็นลมหายใจเข้าออกตรงนี้ก็เป็นหลักของอานาปานสติ คือเมื่อลมหยุดเมื่อใจละเอียดหนักแล้วลมหยุด ก็จะหยุดตรงนั้นพอดี จึงนับเป็นอานาปานสติอีกโสตหนึ่งด้วย

เพราะฉะนั้น **หลักสำคัญใน ๓ ประการนี้นี่แหละที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อได้กำหนดให้ผู้เจริญภาวนาตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจอยู่ในกลางของกลาง ตรงจุดเล็กใส กลางดวงแก้วกลมใส เพื่อรวมใจให้หยุดเป็นจุดเดียวกันได้โดยง่าย และในหยุดตรงกลางกำเนิดธาตุธรรมเดิม อันเป็นที่ตั้งของกาย เวทนา จิต ธรรม จากสุดหยาบไปสุดละเอียด หรือ ณ ภายนอกและ ณ ภายใน ละเอียดเข้าไปจนสุดละเอียดถึงธรรมกาย ถึงพระนิพพานได้**

เจริญพร.

ถาม ทำอย่างไรจึงจะได้เห็นดวงปฐมมรรคเร็ว ๆ

ตอบ ต่อข้อถามหรือปัญหาที่ว่าทำอย่างไรผู้ปฏิบัติจึงจะได้ดวงถึงปฐมมรรคเร็ว ๆ หรือดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายนับตั้งแต่เบื้องต้น ไปเบื้องกลาง เบื้องสูง เอาเบื้องต้นเสียก่อนนั้น ความจริงเป็นเรื่องที่เร่งไม่ได้ การที่ผู้ปฏิบัติภาวนาธรรมจะถึงดวงปฐมมรรคได้นั้น ขึ้นอยู่ที่เหตุปัจจัยที่สำคัญหลายประการ

ประการที่หนึ่ง ก็คือว่าขึ้นอยู่ที่บุญกุศล มีทานกุศล ศีลกุศล ภาวนากุศล เป็นต้น ซึ่งจะเจริญขึ้นเป็นบารมี อุปบารมี ปรมัตถบารมี มีทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมี เป็นต้น... ไปจนถึงเมตตา อุเบกขาบารมี ว่าได้ประกอบบำเพ็ญมากี่มากน้อย

อีกประการหนึ่ง ในส่วนที่เป็นอธิษฐานบารมี ถ้าหากว่าผู้ปฏิบัติธรรมได้เคยอธิษฐานบารมีไว้ในระดับเบื้องต้นคือปกติสาวก ระยะเวลาของการบำเพ็ญบารมีก็สั้น สั้นกว่าผู้ที่ตั้งจิตอธิษฐานสร้างบารมีหรือบำเพ็ญบารมีเป็นพระสาวกที่สูงยิ่งไปกว่านี้ เช่น อัครสาวก อสีติมหาสาวก เป็นต้น หรือสูงขึ้นไปเป็นพระปัจเจกพุทธเจ้า พระสัพพัญญูพุทธเจ้าเหล่านี้ล้วนแต่ต้องบำเพ็ญบารมีมากกว่ากันไปตามระดับ นี้เป็นเหตุปัจจัยหนึ่งว่าได้บำเพ็ญบารมีมากี่มากน้อย

ประการที่สอง ขึ้นอยู่ที่บาปอกุศลที่ตนได้กระทำขึ้นในอดีตมาถึงปัจจุบัน ใครทำบาปอกุศลมากก็เป็นอุปสรรคขัดข้องมากตามส่วน ทีนี้นี่เป็นเรื่องอดีต

แต่ในเรื่องปัจจุบัน ผู้รู้ผู้ที่ประสงค์ที่จะประพฤติปฏิบัติภาวนาธรรมให้ถึง ให้เห็น ให้ถึงดวงปฐมมรรคเร็ว ก็ต้องบำเพ็ญคุณความดีเพิ่มมากขึ้น มีทานกุศล ศีลกุศล ภาวนากุศล เป็นต้น

ทานกุศลนั้น บำเพ็ญเพื่อชำระความตระหนี่ ความเห็นแก่ตัว ความยึดมั่นถือมั่น ความโลภ ตลอดทั้งตัณหา ราคะ ให้หมดไปจากจิตใจ ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

ในส่วนของทานกุศลนี้ เป็นเครื่องชำระกิเลส

ประเภทความเห็นแก่ตัว ประเภทความโลภ ประเภทตัณหา ราคะ ประเภทความยึดมั่นถือด้วยตัณหาและทิฏฐิให้เบาบางลง แปลว่าให้รู้จักละ รู้จักวาง เมื่อละวางได้มากเท่าใด ใจก็ว่างได้มากเท่านั้น นี้ในส่วนของทานกุศลแต่อย่างเดียว เพราะฉะนั้นพระพุทธองค์จึงทรงบำเพ็ญบารมี คือทานกุศลเป็นทานบารมี อุปบารมี ปรมัตถบารมี เป็นเบื้องต้นและเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่ง

ส่วนศีลกุศลนั้น เป็นเครื่องป้องกันหรือเครื่องกลั่นกรองความประพฤติปฏิบัติที่เป็นการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่นให้เดือดร้อน เพราะฉะนั้นผู้ใดรักษาศีลบริสุทธิ์อยู่เสมอ กาย วาจา ก็สะอาดบริสุทธิ์ จิตใจก็อ่อนโยนที่จะอบรมให้หยุด ให้นิ่ง ได้โดยง่าย เพราะไม่ต้องเดือดร้อนด้วยเวรภัย ซึ่งจะเกิดขึ้นจากความประพฤติผิดศีล แปลว่าผู้รักษาศีล จิตใจก็สงบ กาย วาจาก็สงบระงับ เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ใจได้รับการอบรมให้สงบระงับได้โดยง่าย

ส่วนภาวนากุศลต้องทำบ่อย ๆ เนือง ๆ ไม่ละเว้นเสียกลางคันด้วยใจรัก ด้วยความเพียร ด้วยความต่อเนื่อง ด้วยมีสติพิจารณาในเหตุสังเกตุในผลปรับจิตใจของตนให้หยุดให้นิ่ง ให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ให้สามารถทำทุกอิริยาบถ คือเดิน ยืน นั่ง และนอน ยามเมื่อว่างจากภาระกิจการงาน ตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจอยู่ในกลางของกลาง ตรงจุดเล็กใส บริกรรมภาวนาว่า "สัมมา อะระหัง ๆ ๆ" ไว้มาก ๆ ต่อเนื่องไปมาก ๆ ศีลกุศลก็จะเจริญขึ้นด้วยใจ ก็จะได้รับการฝึกอบรมให้หยุดให้นิ่งได้โดยง่าย หรือที่เรียกว่าจิตจะเป็นเร็วขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งแม้ก่อนนอน ถ้าก่อนนอนท่านก็ยังบิรกรรมนิมิต บริกรรมภาวนาคู่กันไปจนหลับ ก่อนจะหลับจิตดวงเดิมจะตกศูนย์ จิตดวงใหม่จะลอยเด่นขึ้นมาใส ท่านสามารถจะเห็นได้โดยง่าย และอาศัยอารมณ์เช่นนั้นก่อนจะหลับ ก่อนจะตื่นเหมือนกัน ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายและใจนั้นจะลอยเด่นขึ้นมาที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ท่านสามาถจะเห็นได้โดยง่าย เมื่อเห็นได้ง่ายแล้ว ท่านก็อาศัยอารมณ์นั้นมาใช้บริกรรมต่อไป ไม่ช้าท่านก็ถึงดวงปฐมมรรคได้

อย่าลืม จงประกอบทานกุศลเพื่อละ เพื่อวาง รักษาศีล เป็นศีลกุศลเพื่อระวังกาย วาจา ใจ มิให้เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น หมั่นเจริญภาวนา สัมมา อะระหัง ๆ ตรึกนึกให้เห็นดวงแก้วกลมใส ใจอยู่ในกลางของกลาง ตรงจุดเล็กใส ที่ศูนย์กลางกายไว้เรื่อย ๆ ทุกอิริยาบถ เดิน ยืน นั่ง นอน ยามเมื่อว่างจากภาระกิจการงาน จิตจะเป็นเร็วขึ้น และท่านจะถึงดวงปฐมมรรคได้เร็ว ขอเจริญพร

❑ ❑ ❑ ❑

รายการสิ่งพิมพ์ เทปบันทึกเสียง และวีดีโอเทป
ธรรมปฏิบัติตามแนววิชชาธรรมกาย

จัดทำโดย

มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย

สิ่งพิมพ์

๑. หลักการเจริญภาวนาเบื้องต้น (สีส้ม)	๑๐.-
๒. หลักการเจริญภาวนาเบื้องต้น (สีส้ม-ปอนด์)	๑๕.-
๓. หลักการเจริญภาวนาเบื้องต้น (ภาษาจีน)	๒๕.-
๔. หลักการเจริญภาวนาเบื้องต้น (ภาษาญี่ปุ่น)	๒๕.-
๕. หลักการเจริญภาวนาเบื้องต้น (ภาษาอังกฤษ)	๑๐๐.-
๖. พุทธภาวนาปกอ่อน	๖๐.-
๗. พุทธภาวนา เล่ม ๒	๓๐.-
๘. พุทธภาวนา (พิเศษ)	๓๐.-
๙. โพธิปักขิยธรรม	๓๐.-
๑๐. ทางมรรคผลนิพพาน (ปกอ่อน)	๑๒๐.-
๑๑. สวดมนต์ทำวัตร	๑๕.-
๑๒. รูปหลวงพ่อสด (รูปเล็ก)	๑๐.-
๑๓. รูปหลวงพ่อสด (รูปใหญ่)	๕๐.-
๑๔. นิตยสารธรรมกาย (รวมเล่ม)	๒๕๐.-
๑๕. นิตยสารธรรมกาย	๓๐.-

วีดีโอเทป ภาคภาษาอังกฤษ

๑. ธรรมปฏิบัติเบื้องต้น-กลาง-สูง ชุดละ ๓ ม้วน (ระบบ NTSC ๑๘๐ นาที) ม้วนละ	๕๐๐.-
๒. ธรรมปฏิบัติเบื้องต้น-กลาง-สูง ชุดละ ๒ ม้วน (ระบบ VHS ๑๘๐ นาที) ม้วนละ	๕๐๐.-

เทปบันทึกเสียง

๑. ธรรมปฏิบัติ ๑	๓๐.-
๒. ธรรมปฏิบัติ ๑.๑	๓๐.-
๓. ธรรมปฏิบัติ ๒	๓๐.-
๔. หลักการเจริญภาวนา ๑ ชุด ๒ ม้วน	๖๐.-
๕. สรุปสมถะ-วิปัสสนา	๓๐.-
๖. เจริญภาวนาเข้ามรรคผล ๑ ชุด ๒ ม้วน	๖๐.-
๗. อานุภาพธรรมกาย ๑ ชุด ๓ ม้วน	๙๐.-
๘. ไปเฝ้าพระพุทธเจ้าฯ ๑ ชุด ๓ ม้วน	๖๐.-
๙. ทำวิชชาชั้นสูง (หลวงพ่อภาวนา)	๑๐๐.-
๑๐. ธรรมเทศนาหลวงพ่อวัดปากน้ำ	๓๐.-
๑๑. ทำวิชชา (หลวงพ่อเสริมชัย ชยมงฺคโล)	๓๐.-
๑๒. พระประสงค์-ให้เราผู้ปฏิบัติ	๓๐.-
๑๓. เรามาปฏิบัติธรรม-ดับเหตุแห่งทุกข์	๓๐.-
๑๔. การตั้ง/บูชาศาลพระภูมิ	๓๐.-
๑๕. พระอาการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า	๓๐.-
๑๖. บูชาบุคคลที่ควรบูชาและกตเวที	๓๐.-
๑๗. คติธรรมความจริง ๓ ประการ	๓๐.-
๑๘. วิชชาธรรมกายเป็นที่ทั้งสมถะ-วิปัสสนา	๓๐.-
๑๙. เคล็ดลับและความเข้าใจในการปฏิบัติธรรม	๓๐.-
๒๐. การบำเพ็ญบารมีเพื่อช่วยตนเอง-ผู้อื่น	๓๐.-
๒๑. พิจารณาเห็น จำ คิด รู้ และอริยสัจสี่	๓๐.-
๒๒. สู่ทางพระนิพพาน ๑ ชุด ๓ ม้วน	๙๐.-
๒๓. ทานกุศล	๓๐.-
๒๔. การป้องกันแก้ไขปัญหาชีวิตด้วยธรรม ๑ ชุด ๒ ม้วน	๖๐.-

ขอเชิญตั้งทุนนิธิภัตตาหารคิลานเภสัช
ในชื่อวงศ์ตระกูล หรือคณะของท่าน

วัตถุประสงค์เพื่อนำดอกผลมาใช้เป็นค่าภัตตาหารและค่ารักษาพยาบาลแด่พระภิกษุ สามเณร ผู้อยู่ศึกษาและปฏิบัติธรรม และเป็นกำลังสำคัญในการเผยแพร่พระสัทธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ณ **สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย** อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี ซึ่งอาณาเขตส่วนหนึ่งจะได้จดทะเบียนเป็นวัดในราวปลายปี พ.ศ. ๒๕๓๓ ในชื่อ **"วัดหลวงพ่อสดธรรมกายาราม"** ตลอดไปนั้น

(๑) **ต้นทุนนิธิของท่านคงอยู่ตลอดไป**

(๒) **ได้ดอกผลมาเป็นค่าใช้จ่ายปัจจัยสี่แด่พระภิกษุ สามเณร ผู้ประพฤติธรรมและเผยแพร่ธรรมอันเป็นบุญเขตกว้างขวางไม่มีประมาณ เป็นบุญและบารมีหลั่งไหลติดตามให้ผลแก่ท่านตลอดกาลนาน** ให้เป็นผู้เจริญรุ่งเรือง สุข สมบูรณ์ บริบูรณ์ ด้วยมนุษยสมบัติอันมีทรัพย์สมบัติ รูปสมบัติ คุณสมบัติ และบริวารสมบัติ เป็นต้น และสวรรคสมบัติอันประณีต ได้เป็นพลวปัจจัยให้ถึงนิพพานสมบัติ มีมรรค ๔ ผล ๔ และนิพพาน ๑ ที่สิ้นสุดแห่งทุกข์ทั้งปวง

(๓) **เท่ากับท่านได้ใส่บาตรทุกวัน และได้รักษาพยาบาลภิกษุอาพาธเป็นประจำ เมื่อนึกถึง "บุญเป็น" คือบุญอันตั้งเป็นอยู่ตลอดกาลนาน ได้ทุกเวลา จิตใจย่อมผ่องใสทุกเมื่อด้วยบุญนี้** ชีวิตย่อมไม่มีตกต่ำ มีแต่จะเจริญรุ่งเรืองและสันติสุขยิ่ง ๆ ขึ้นไป

(๔) ขอเชิญผู้มีจิตศรัทธาปวาราณาและบริจาคตั้ง **"ทุนนิธิภัตตาหารฯ"** ในปี พ.ศ. ๒๕๓๓ **นี้ด้วยทุนประเดิม ๑,๐๐๐ บาท (หนึ่งพันบาท) ขึ้นไป และเพิ่มทุนในวันปีใหม่ของทุกปี**ได้ตามกำลังศรัทธา

ขอเชิญท่านสาธุชนปวารณาตั้งทุนได้ตามกำลังศรัทธา และจะมอบใบทุนนิธิภัตตาหารคิลานเภสัชให้เมื่อตั้งทุนครบ ๑,๐๐๐ บาท (หนึ่งพันบาท) ขึ้นไปแล้ว ติดต่อขอตั้งทุนได้ทุกวันตั้งแต่บัดนี้ที่:

๑. สำนักงาน**มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย** ศาลาการเปรียญ วัดสระเกศฯ กทม. ๑๐๑๐๐ โทร. ๒๒๔-๗๔๗๕

๒. ประชาสัมพันธ์**สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย** อ.ดำเนินสะดวก จ.ราชบุรี ๗๐๑๓๐ โทร. (๐๓๒) ๒๕๑-๖๕๐

๓. สำนักงาน**โครงการธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน** ตึกบวรเทพมุรี วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ

เช็คธนาคารโปรดสั่งจ่ายเช็คขีดคร่อมให้แก่ **มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย**
หากส่งเงินทางธนาณัติไปรษณีย์โปรดสั่งจ่าย **ป.ณ.พลับพลาไชย** ในนาม
มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย ศาลาการเปรียญ วัดสระเกศฯ กทม.๑๐๑๐๐

ขอเชิญสาธุชนเข้าร่วมการอบรมพระกัมมัฏฐาน
ณ สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย
อ.ดำเนินสะดวก จ.ราชบุรี
ปีละ ๒ รุ่น ระหว่างวันที่ ๑–๑๕ พฤษภาคม และ
ระหว่างวันที่ ๑–๑๕ ธันวาคม ของทุกปี

เนื่องในโอกาสที่เปิดการอบรมพระกัมมัฏฐานแด่พระสงฆ์ปีละ ๒ รุ่น ระหว่างวันที่ ๑-๑๕ พฤษภาคม และ ๑-๑๕ ธันวาคมของทุกปี เพื่อสร้างพระในใจพระและสร้างพระวิปัสสนาจารย์ให้เป็นผู้ทรงคุณวุฒินั้น ทางสถาบันได้เปิดโอกาสให้อุบาสก อุบาสิกา สาธุชนทั่วไปเข้ารับการอบรมได้ โดยขอให้ปฏิบัติดังต่อไปนี้

๑) ถือศีล ๘

๒) บำรุงค่าภัตตาหารเลี้ยงพระและค่าอาหารแก่ผู้มาปฏิบัติธรรมตามกำลังศรัทธา

๓) เตรียมเครื่องใช้ประจำตัว ดังต่อไปนี้ไปด้วย

- เสื้อผ้าชุดสีขาว และเครื่องใช้ประจำตัวประจำวัน
- เสื่อ ผ้าห่มนอน และมุ้งหรือกลด

เนื่องด้วยที่พักสำหรับชาย-หญิงมักจะไม่พอแก่ผู้เข้าไปอยู่อบรมพระกัมมัฏฐาน ทางสถาบันใคร่ขอสนับสนุนให้ผู้เข้ารับการอบรมอยู่กลด เพราะสัปปายะดี (เงียบสงัดจากเสียงพูดคุยรบกวน) และไม่ต้องอยู่ใกล้ชิดกันเกินไป และในกรณีที่มีผู้เข้ารับการอบรมมากที่พักมักไม่พอดังกล่าว สำหรับท่านที่ไม่มีกลดเป็นของตนจะขอใช้กลดของสถาบันก็ได้ จะช่วยบำรุงกลดตามกำลังศรัทธา เพื่อให้สถาบันพอมีเงินทุนไว้ซ่อมหรือซื้อกลดเพิ่มใหม่แทนของเก่าที่ชำรุด ก็ขออนุโมทนา

๔) ข้อห้ามระหว่างการอบรม

๔.๑ ห้ามสูบบุหรี่ตลอดระยะเวลาของการอบรม (เลิกเด็ดขาดตลอดไปได้จะดีมาก)

๔.๒ ห้ามขาดการประชุมทุกครั้ง เว้นแต่จะติดธุระที่มอบหมายให้หรือเจ็บป่วย

๔.๓ ห้ามฟังวิทยุ

๔.๔ ห้ามจับกลุ่มสนทนากันในเรื่องไร้สาระที่ไม่ใช่การสนทนาธรรม หรือกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย

๔.๕ ห้ามพูดโอ้อวดผลของการปฏิบัติธรรม

๔.๖ ห้ามลงอาบน้ำหรือซักผ้าในคลอง

๔.๗ ห้ามทำความสกปรกในบริเวณสถาบัน เช่น ทิ้งขยะมูลฝอยลงในที่ ๆ มิได้จัดภาชนะรองรับไว้

๕. ข้อควรปฏิบัติระหว่างการอบรม

๕.๑ ต้องช่วยตนเองในเรื่องความเป็นอยู่ เช่น ช่วยตนเองในการตักอาหารและการล้างถ้วยชามที่ใช้รับประทานอาหาร และทำความสะอาดสถานที่พักอาศัยเป็นต้น

๕.๒ ต้องรักษาความสะอาดในบริเวณสถาบัน

๕.๓ ต้องมีความสำรวมในทุกอิริยาบถ

๕.๔ ต้องร่วมมือกับสถาบันทุกอย่าง

๕.๕ ต้องตรงต่อเวลา

กำหนดการประจำวัน

๐๔.๐๐ น. ตื่นนอน (สัญญาณระฆัง)

๐๔.๓๐ น. ทำวัตรเช้า แล้วฝึกเจริญภาวนาธรรม

๐๖.๓๐ น. รับประทานอาหารเช้า

๐๗.๐๐ น. อุบาสกอุบาสิกาส่วนหนึ่งไปช่วยกิจกรรมพระบิณฑบาต

๐๘.๐๐ น. อุบาสกอุบาสิกาวิทยากรและผู้ปฏิบัติธรรมได้ถึงธรรมกายต่อวิชชา

๐๙.๓๐ น. ช่วยจัดและถวายภัตตาหารแด่พระสงฆ์

๑๑.๐๐ น. รับประทานอาหารแล้ว พักผ่อนตามอัธยาศัย

๑๔.๐๐ น. รับฟังธรรมบรรยาย

๑๗.๐๐ น. ทำวัตรเย็น แล้วแบ่งกลุ่มฝึกเจริญภาวนาธรรมแล้วพักทำธุระส่วนตัว

๑๙.๓๐ น. เจริญภาวนาธรรม

๒๑.๓๐ น. ดับไฟ นอนหรือปฏิบัติภาวนาธรรมเองตามอัธยาศัย

กิจกรรมการเผยแพร่ธรรมะ มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย

การอบรมการเจริญภาวนาธรรม

ภายใต้การควบคุมพระกัมมัฏฐานของ พระเดชพระคุณ **พระภาวนาโกศลเถร** (วีระ คณฺฑตฺโม) และ**พระเสริมชัย ชยมงฺคโล (มงคลบุตร)**

๑. ที่ศาลาการเปรียญ วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร (วัดภูเขาทอง)

ทุกวันอาทิตย์ วันละ ๓ รอบ (เฉพาะวันอาทิตย์ต้นเดือน มีพิธีถวายสังฆทานภัตตาหารเพลร่วมกันด้วย) ดังต่อไปนี้

๐๙.๐๐ น. เฉพาะผู้เจริญวิชชาธรรมกายชั้นสูงและวิทยากร

๑๐.๐๐ น. สำหรับสาธุชนโดยทั่วไปฝึกเจริญภาวนาทั้งเบื้องต้นและเบื้องกลางร่วมกัน

๑๒.๓๐ น. สำหรับสาธุชนโดยทั่วไป โดยแบ่งผู้เข้ารับการอบรมเป็นกลุ่มย่อย ให้พระวิทยากร และวิทยากรฆราวาส ควบคุมแนะนำโดยใกล้ชิดเป็นกลุ่ม ๆ

ทุกวันจันทร์ และ **พฤหัสบดี** ภาคค่ำ เวลา ๑๘.๓๐ น.

● **ที่พระอุโบสถ วัดสระเกศฯ** ระหว่างเทศกาลเข้าพรรษาทุกวันพระ เวลา ๑๐.๓๐ น. (ก่อนเวลานี้มีพระธรรมเทศนา)

๒. ที่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ทุกเย็น ที่วิหารเจริญภาวนา(ตึกขาว และที่ตึกบวรเทพมุนี)

๓. ที่สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย อ.ดำเนินสะดวก จ.ราชบุรี

ทุกวันเสาร์-อาทิตย์ (เฉพาะวันเสาร์ต้นเดือน มีพิธีถวายสังฆทานภัตตาหารเพลร่วมกัน)

ทุกวันศุกร์มีรถออกจากศาลาการเปรียญวัดสระเกศฯ เวลา ๑๘.๓๐ น. และรับกลับในวันอาทิตย์ เวลา ๑๔.๓๐ น.

ทุกวันเสาร์ต้นเดือน มีรถรับส่งผู้มีจิตศรัทธาไปปฏิบัติธรรม ณ สถาบันฯ โดยไม่เสียค่าโดยสารแต่ประการใด เป็นประจำเช่นเคย มีกำหนดดังนี้

๐๙.๓๐ น. ทำวัตรเช้า แล้วเจริญภาวนาธรรม

๑๑.๐๐ น. ถวายสังฆทานภัตตาหารเพลแด่พระสงฆ์

๑๒.๐๐ น. รับประทานอาหารเที่ยงร่วมกัน

๑๓.๐๐ น. ทำวัตรเย็น ฝึกเจริญภาวนาธรรม

๑๔.๓๐ น. ออกเดินทางกลับจากสถาบันฯ

๔. ที่ธรรมสถาน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ด้านหลังตึกเลขาธิการ จุฬาฯ)

ทุกวันอังคาร และ **พฤหัสบดี** เวลา ๑๒.๑๕ น.

รายการธรรมปฏิบัติ ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์

๑. ช่อง ๙ อสมท. ทุกวันอาทิตย์สัปดาห์ที่ ๒ และ ๕ ของเดือน เวลา ๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น.

๒. ช่อง ๑๑ ทุกวันอาทิตย์สัปดาห์ที่ ๔ ของเดือน เวลา ๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น.

รายการ "ธรรมสู่สันติ" และ "ธรรมก่อนนอน" ทางสถานีวิทยุต่าง ๆ

๑. **สถานีวิทยุยานเกราะ** ๗๙๒ กรุงเทพฯ ทุกวันอังคาร, พฤหัสบดี เวลา ๑๕.๓๐-๑๖.๐๐ น.

๒. **สถานีวิทยุ ททท.(ภาคปกติ)** ของ อสมท. กรุงเทพฯ ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.

๓. **สถานีวิทยุแห่งประเทศไทย** ของกรมประชาสัมพันธ์ ทุกคืนวันอาทิตย์ (ก่อนปิดสถานี)

ขอเชิญร่วมสร้างอุโบสถ (วิหารธรรมกาย) วัดหลวงพ่อสด

ในสถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย
อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี

อุโบสถ เป็นหัวใจสำคัญของวัด ด้วยว่าเป็นวิหารที่ประดิษฐานพระประธานแทนองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นเขตที่ต้องกำหนดเพื่อการทำสังฆกรรมที่สำคัญต่าง ๆ ของพระภิกษุสงฆ์ มีการบรรพชาอุปสมบทกุลบุตรทั้งหลาย การสวดและรับฟังปาฏิโมกข์ตามพระวินัยพุทธบัญญัติของพระบรมศาดา เพื่อทบทวนความบริสุทธิ์กายวาจาใจของพระภิกษุสงฆ์ร่วมกัน เป็นการรักษาพระธรรมและพระวินัยของพระพุทธเจ้าไว้มิให้วิบัติคลาดเคลื่อนและสูญหาย อุโบสถหลังนี้เป็นอุโบสถสองชั้นในงบประมาณการก่อสร้าง ๑๕ ล้าน กำหนดจะก่อสร้างเสร็จในปลายปี พ.ศ.๒๕๓๒ จะได้ใช้พื้นที่ชั้นล่างเป็นสถานที่อบรมและปฏิบัติภาวนาธรรม เพื่อสร้างพระในใจคน เพื่อสร้างพระวิปัสสนาจารย์และวิทยากรให้เป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ได้เป็นกำลังสำคัญที่จะช่วยกันสืบพระบวรพุทธศาสนาให้ยืนยาวยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ขณะนี้ได้มีผู้เป็นเจ้าภาพแล้วประมาณ ๑๑ ล้านบาท ยังขาดอยู่อีกประมาณ ๔ ล้านบาท จึงขอเชิญชวนสาธุชนทุกท่านร่วมเป็นเจ้าภาพสร้างปูชนียสถานที่สำคัญนี้โดยพร้อมเพรียงกัน จักเป็นมหากุศลทับทวีเพิ่มพูนบารมี รัศมี กำลังฤทธิ์ ฯลฯ แก่ท่านต่อ ๆ ไปไม่มีที่สิ้นสุด แล.

๑) เจ้าภาพวงเงิน ๑๐๐,๐๐๐.- บาทขึ้นไป จะได้รับการจารึกชื่อไว้ในที่พิเศษในวิหารเป็นการเฉพาะ มีเพียง ๑๕๐ ที่เท่านั้น

๒) เจ้าภาพวงเงิน ๓๐,๐๐๐.- บาทขึ้นไป จะได้รับการบันทึกชื่อไว้ในสมุดพิเศษ ซึ่งจะเก็บไว้ในวิหารเพื่อแสดงให้สาธุชนรุ่นหลังได้อนุโมทนาต่อไป
(ทั้ง ๒ กรณีดังกล่าว สามารถบริจาคไว้เป็นงวด ๆ ได้ภายใน ๒ ปี ตั้งแต่บัดนี้)

๓) เจ้าภาพวงเงินต่ำกว่านี้ก็จะได้รับการบันทึกชื่อไว้ในหนังสือที่ระลึก

๔) ผู้บริจาคร่วมสร้าง ๑,๐๐๐.- บาทขึ้นไป จะได้รับพระสมเด็จธรรมกายฝังทับทิม ๑ องค์

ผู้มีจิตศรัทธาโปรดติดต่อขอรับเป็นเจ้าภาพได้ที่:

๑. สำนักงาน**มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย** ศาลาการเปรียญวัดสระเกศฯ กทม.๑๐๑๐๐ โทร. ๒๒๔-๗๔๗๕

๒. สำนักงานโครงการธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน ตึกบวรเทพมุนี วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กทม.๑๐๑๖๐

๓. สถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี ๗๐๑๓๐ โทร. (๐๓๒) ๒๕๑-๖๕๐

ส่งเงินโดยธนาณัติโปรดสั่งจ่ายในนาม **มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย** โดยสั่งจ่ายเงินทาง **ไปรษณีย์ พลับพลาไชย** กรุงเทพฯ ๑๐๑๐๐ ถ้าสั่งจ่ายเงินโดยเช็คธนาคาร โปรดสั่งจ่ายเช็คขีดคร่อม ให้ในนาม **มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย** ด้วย ขออนุโมทนา

✂- -

ใบปวารณา

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. .....

นามผู้บริจาค.....บ้านเลขที่.....หมู่ที่.....

ตรอก/ซอย.....ถนน.....

ตำบล/แขวง.....อำเภอ/เขต.....

จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....โทร.....

ประสงค์จะ

- ☐ รับเป็นเจ้าภาพที่ดินเป็นที่ตั้งสถาบันฯ เป็นจำนวนเงิน.....บาท
- ☐ รับเป็นเจ้าภาพอบรมพระกัมมัฏฐานแด่พระสงฆ์
- ☐ ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยตลอดการอบรม รูปละประมาณ ๑,๕๐๐ บาท หรือตามกำลังศรัทธา เป็นจำนวนเงิน.....บาท
- ☐ ค่าภัตตาหารแด่พระสงฆ์ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ที่จะมาเข้ารับการอบรม รุ่นละประมาณ ๕๐๐-๘๐๐ รูป เป็นค่าใช้จ่ายเฉลี่ยวันละประมาณ ๑๐,๐๐๐-๑๒,๐๐๐ บาท หรือตามกำลังศรัทธา ประจำวันที่.....เป็นจำนวนเงิน.....บาท
- ☐ รับเป็นเจ้าภาพถวายกลดแด่พระสงฆ์ ชุดละ ๘๐๐ บาท หรือตามกำลังศรัทธา เป็นจำนวนเงิน.....บาท
- ☐ รับเป็นเจ้าภาพกิจกรรมเผยแพร่ธรรมปฏิบัติทั่วไป เป็นจำนวนเงิน.....บาท
- ☐ รับเป็นเจ้าภาพร่วมสร้างพระอุโบสถ เป็นจำนวนเงิน.....บาท
- ☐ เป็นเจ้าภาพร่วมบรรจุพระผงจำนวนพระ.....องค์ เป็นจำนวนเงิน.....บาท

รวมเป็นจำนวนเงิน.....บาท

ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

ญาณรัตนะ *

ในการดำเนินชีวิตของเราทุกคนนี้ จัดว่าอยู่ในความเสี่ยงทุกขณะ ทุกวินาที ทุกชั่วโมง ทุกวัน ทุกเดือนและทุกปี เพราะเหตุการณ์ต่าง ๆ รอบตัวเรานั้นสามารถเกิดขึ้นได้เสมอตลอดเวลา ทุกคนเสี่ยงต่อความตายอันเนื่องมาจากสังขารที่เสื่อมไป โรคปัจจุบันทันด่วน เช่น หัวใจวาย เส้นโลหิตอุดตัน เสี่ยงต่อโรคภัยไข้เจ็บที่เกิดขึ้นและสะสมต่อเนื่องกันจนกระทั่งแสดงอาการออกมา เสี่ยงต่ออุบัติเหตุที่เกิดจากความประมาททั้งที่เราเองเป็นเหตุและผู้อื่นเป็นเหตุให้เราได้รับผลนั้น เสี่ยงจากอุบัติเหตุที่บุคคลปองร้ายซึ่งกันและกันและมีผลให้เราได้รับผลนั้นโดยบังเอิญ หรือแม้แต่อุบัติเหตุจากอาหาร ที่เรารับประทานอยู่ทุกวันเกิดเป็นพิษ ความเสี่ยงอีกประการหนึ่งที่ไม่ค่อยมีคนมองเห็นนักคือการเสี่ยงต่อการเผลอให้กิเลสและอบายมุขเข้าครอบงำ ซึ่งเมื่อชีวิตได้เข้าใกล้ คลุกคลี สะสมเพิ่มขึ้นไปทีละน้อย ไม่ว่าจะเป็นกิเลสภายนอก ได้แก่ ความยินดี และหลงติดอยู่ในความสุขสบายกาย

** กรรมการมูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย ปัจจุบันดำรงตำแหน่งผู้ช่วยที่ปรึกษาด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ประจำสถานเอกอัครราชทูตไทย ณ กรุงวอชิงตัน ดีซี ประเทศสหรัฐอเมริกา.*

ด้วยประสาทสัมผัสทาง หู ตา จมูก ลิ้น และสัมผัสในรูป รส กลิ่น เสียง และกิเลสภายในด้วยการเสพภายใน เช่น โลภะ โทสะ โมหะ การเสี่ยงต่อกิเลสและอบายมุข ที่เป็นอกุศลกรรมจะค่อย ๆ ซึมซาบเข้าไปในจิตใจโดยไม่รู้ตัว และเข้าไปแทนที่ฝ่ายบุญกุศลในที่สุด

ความเสี่ยงในการดำเนินชีวิตที่ไม่ทราบว่ากาลเวลาของชีวิตจะจบสิ้นหรือสิ้นสุดเมื่อใดนี้ ทุกท่านคงจะมีตัวอย่างให้เห็นเป็นอุทาหรณ์อยู่เสมอในชีวิตประจำวัน ที่เห็นข่าวตามหน้าหนังสือพิมพ์และโทรทัศน์ ทั้งที่เรารู้จักและไม่รู้จัก ส่วนความเสี่ยงที่เกิดจากความประมาทในกิเลสและอบายมุขนั้น เมื่อเกิดกับผู้ใด บุคคลนั้นไม่สามารถจะรู้ตัวได้ หรือรู้ตัวได้ยาก ต้องอาศัยการพบเห็นจากบุคคลอื่นเป็นตัวอย่าง ซึ่งกว่าจะรู้สึกตัวก็อาจจะสายไปเสียแล้ว

ความเสี่ยงหรือความประมาทนี้จึงเป็นเรื่องสำคัญ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก่อนเสด็จดับขันธ์ปรินิพพานพระองค์ท่านได้กรุณาแสดงธรรมที่มีค่าสำหรับเวไนยสัตว์ที่พึงจะยึดถือปฏิบัติด้วยคำสอนปัจฉิมวาจาที่สั้นแต่มีความหมายอย่างลึกซึ้งตามแต่ธรรมที่ผู้ฟังจะเข้าถึงได้ สรุปเป็นใจความว่า "**สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเสมอ ท่านทั้งหลายจงถึงพร้อมด้วยความไม่เผลอ ไม่ประมาท**"

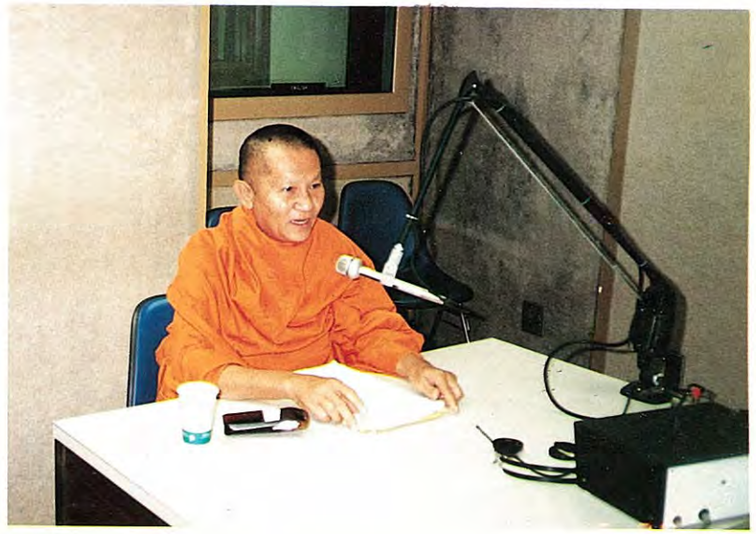
หนทางที่จะป้องกันความประมาทในการดำเนินชีวิต ก็คือการระลึกอยู่เสมอว่าการประกอบกุศลกรรมที่จะนำไปสู่การดับทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ และดับอวิชชามูลรากฝ่ายเกิดนั้น ต้องกระทำอย่างสม่ำเสมอ ต่อเนื่องกันไปให้มากที่สุด และในที่สุดก็จะเข้าถึงนิพพานตามรอยบาทพระศาสดา ไม่ประมาทในกิเลส และอบายมุขที่เกิดขึ้นอยู่เสมอ พร้อมกับมีสติรู้เท่าทันกิเลสที่เกิดขึ้นด้วยการสำรวจตัวเองอยู่เป็นนิจ และแบ่งเวลาแสวงหาหลักธรรมในการดำเนินชีวิต ให้ความสำคัญกับธรรมปฏิบัติอันได้แก่ ทานกุศล ศีลกุศล และภาวนากุศลเป็นประจำ ขวนขวายประกอบกิจการบุญการกุศล ตามกำลัง เมื่อมีผู้ชักชวนชักนำให้กระทำในกุศลกรรม ก็เต็มใจด้วยศรัทธาและช่วยชวนบุคคลอื่นเข้าร่วมในกองกุศลนี้ด้วย

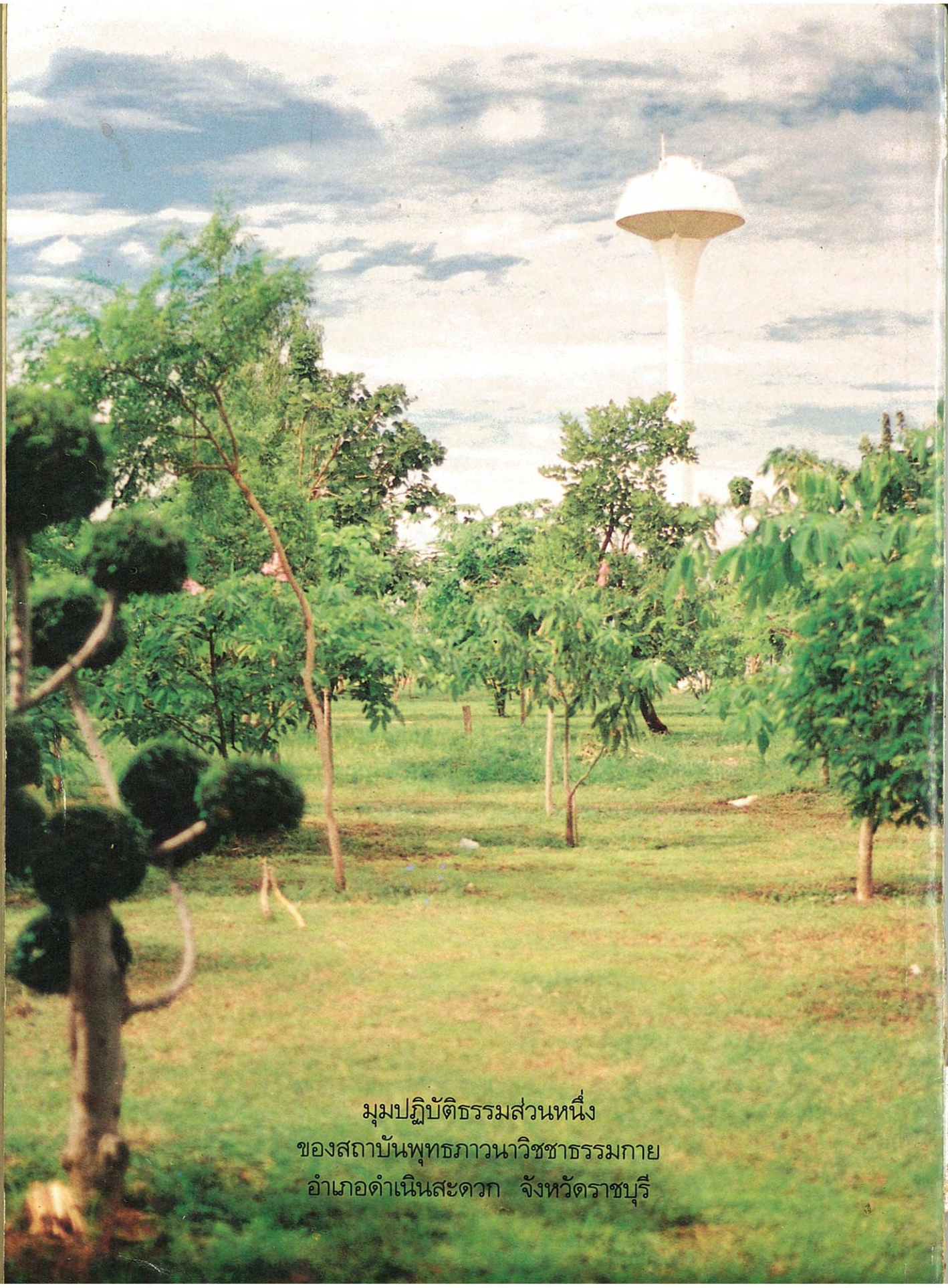
ความสุขในปัจจุบันที่ได้รับก็ยังมิใช่ความสุขที่แท้จริง เพราะในไม่ช้าก็ต้องจากสภาวะนี้ไป อย่ารอให้ถึงเวลาที่จะพร้อมจึงมาปฏิบัติธรรม อย่ารอให้ความตายมารออยู่ตรงหน้าแล้วจึงคิดถึงการทำกุศลกรรม ถ้าเป็นดังที่กล่าวมานี้เท่ากับยังอยู่ในความประมาท ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นประจำหรือผู้ที่สนใจปฏิบัติธรรมก็คงทราบว่า จิตใจนั้นเปลี่ยนแปรอ่อนไหวไปตามสิ่งแวดล้อมในบางขณะไม่สามารถมีสติระลึกถึงธรรมหรือรักษาดวงธรรมให้อยู่ได้ตลอดเวลาฉันใด ก็เท่ากับว่าใจยังอยู่ในความประมาทเป็นบางครั้งบางคราว **การประกอบทานกุศล ศีลกุศล ภาวนากุศลอยู่เป็นประจำ จึงเป็นหนทางและวิธีที่จะช่วยให้ไม่ประมาทในชีวิต เพราะเป็นการสั่งสมผลบุญ จนเข้าถึงสภาวะธรรมที่แท้จริงได้**

■ ■ ■ ■

พระเสริมชัย ชยมงฺคโล กำลังบรรยายธรรมก่อนสอนภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายของพระพุทธเจ้า ที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ **พระมงคลเทพมุนี** (สด จนฺทสโร) ถ่ายทอดไว้ แก่ชาวไทยและชาวต่างประเทศทุกคืน ณ วัดไทยวอชิงตัน ดีซี. ประเทศสหรัฐอเมริกา ระหว่างวันที่ ๒๖-๓๐ พ.ค. ๒๕๓๓ ปรากฏว่ามีสาธุชนชาวไทยและชาวอเมริกันรับฟังและร่วมฝึกอบรมภาวนาธรรมกันมากทุกคืน

ได้รับอาราธนาจากเจ้าหน้าที่วิทยุกระจายเสียง **"เสียงอเมริกา (VOA)"** ออกรายการสัมภาษณ์ทางวิทยุเสียงอเมริกา ถึงวัตถุประสงค์และผลของการมาปฏิบัติศาสนกิจในประเทศสหรัฐอเมริกา.





มุมปฏิบัติธรรมส่วนหนึ่ง
ของสถาบันพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย
อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี